

ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

لاہور

®

ماہنامہ عبقری

اپریل 2008ء بمطابق ربیع الثانی 1429 ہجری

بازوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

خواجہ قطب الدین مختیار کاگی کے وظائف اور عملیات

درز شوں سے موسم گرما میں فتنس

گناہوں کا کفارہ

میرا علاج نہ کیا تو خودکشی کر لوں گا

پرکشش آنکھیں اور سستی کا ہل دور

چوتھے آسمان سے مدد پہنچنے کا زبردست عمل

جوار کی روٹی اور مہلک بیماریوں کا خاتمہ

پچاس سال کے تجربات، عبقری کو گفت

مایوس اور لا علاج مریضوں کے لیے آزمودہ اور پرتا شیر دوائیں

دامی جوانی اور شادمانی آپ کے قدموں میں

عَبْقَرِي حَسَانٍ (عَبْقَرِي الْآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَنِ) القرآن

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ جویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبداللہ البغوی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (مکملات)

شمارہ نمبر 10 جلد نمبر 2 اپریل 2008 بمطابق ربیع الثانی 1429ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور
مرکز روحانیت وامن کا ترجمان
اپریل 2008ء

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

مشاورت حکیم محمد خالد محمود چغتائی، جمل الہی ششی، حاجی میاں محمد طارق
قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے اندرون ملک سالانہ 180 روپے بیرون ملک سالانہ 140 امریکی ڈالر

گھر پر پہلے اسے پڑھیں: اگر آپ ”ماہنامہ“ عبقری کا اجراء کرنا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ 180/- روپے ہے۔ اور ہر سالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری کا اندراج ہوتا ہے اگر زر سالانہ ختم ہو چکا ہے تو ابھی 180/- روپے نئی آرڈر کریں۔ یا فون (042-7552384) پر رابطہ کریں۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ اور نئی آرڈر کرتے وقت اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ کم سے قبل آپ کو رسالہ مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین! چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں۔ کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز تک پہنچ پاتا ہے اور بار بار ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ پینشل ڈاک سے رسالہ روانہ کیا جائیگا۔ اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ رسالہ ڈاک خانہ کے حوالے کر دینا ہے نہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کا فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں۔ اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فہرست مضامین

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
(22)	نفسانی گھریلو بھینس اور آزمودہ یقینی علاج	(2)	پیام قرآن، فرمان رسول ﷺ
(23)	پرکشش آنکھیں اور سستی کا بلی دور	(3)	درس ہدایت
(24)	بیماریوں اور لاعلاج روگوں کے لیے تیر	(4)	ورزشوں سے موسم گرم میں نفیس
(25)	بہدف نوکے	(5)	کئے کا کاٹنا اور جمل پیر کا دم
(26)	آپ کا خواب اور تہیہ	(6)	ازدواجی زندگی کو بے مثال بنانے کے
(28)	روحانی بیماریوں کا روحانی علاج	(7)	سہرے راز
(29)	دینی جوانی اور شادمانی آپ کے قدموں میں	(8)	اولیاء کے مستند وظائف و علمیات
(30)	اس نے عورت کے ہاتھ، پاؤں اور منہ کو	(9)	گناہوں کا کفارہ
(31)	کھول دیا	(10)	گھنٹے سے روزہ محسوس نہ ہوا
(32)	تربوڑ سے توتلی دھوپ میں ضلک کا احساس	(11)	دوسروں کو حقیر سمجھنے کا انجام
(33)	چوتھے آسمان سے مدد مانگنے کا زبردست عمل	(12)	میرا علاج نہ کیا تو خودکشی کروں گا
(34)	اپریل میں پرنس کشش حسن و جمال کیسے ممکن ہو؟	(13)	خواتین پوچھتی ہیں؟
(35)	عرب سے سندھ اور ملتان تک اسلام	(14)	ٹیلی فون ریسوریکلر نے کاغذ انداز
(36)	پچاس سال کے تجربات، وہ عبقری کو گفت	(15)	جواری ردی اور مہلک بیماریوں کا خاتمہ
(37)	آئے کا کیا ہوا؟	(16)	جب تمام اسباب ختم ہو جائیں تو وحیفہ
(38)	شریعت پر عمل اور رحمتوں کا نزول	(17)	ماضی ہے
(39)	بتایا جات	(18)	چہرے کی شکستگی اور تروتازگی برقرار رکھئے
(40)	مایوس اور لاعلاج مریضوں کے لیے	(19)	جن نے مقدمے باز دشمن کی بچی خبر دی
(41)	آزمودہ اور پراسرار دوا	(20)	نومولود کو کھنی اور اس کے طبی فوائد
(42)	حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی کی نئی	(21)	سرسوں کے سچ سے نصیحت پائیں
(43)	تحقیقاتی کتابیں	(22)	جسمانی بیماریوں کا شافی علاج

ایکسی ہولناکی پر مبنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

حکیم صاحب سے ملاقات
پیر، منگل، بدھ، جمعرات
(عصر غروب کے درمیان)
ناغہ (جمعہ، ہفتہ، اتوار)
روحانی اور جسمانی مشورہ اور موبائل پر رابطہ کے
لیے مقررہ اوقات کے علاوہ تکلیف نہ فرمائیں

ضروری اطلاع

حکیم صاحب سے روزانہ موبائل پر رابطہ
صبح 06:00 بجے تا 07:30 بجے
موبائل نمبر: 0321-4343500
روزانہ تیس مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔ بعض
کڑی علامات کے لیے رابطہ: 0300-3218560
اسلام آباد روایات کے لیے: 051-5539815
موبائل: 0333-5648351
ہے اوقات کار کا خیال فرمائیں گے۔

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ”عبقری“ مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چوگنی، قرطبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313، 042-7552384

Website: www.ubqari.net
Email: ubqari@hotmail.com

پیغام قرآن

اے ایمان والو! انصاف پر قائم رہو اور اللہ تعالیٰ کے لیے سچی گواہی دو خواہ (اس میں) تمہارا یا تمہارے ماں باپ اور رشتہ داروں کا نقصان ہی ہو اور گواہی کے وقت یہ خیال نہ کرو (کہ جس کے مقابلہ میں ہم گواہی دے رہے ہیں) یہ امیر ہے (اس کو نفع پہنچانا چاہئے) یا یہ غریب ہے (اس کا کیسے نقصان کر دیں تم کسی کی امیری غریبی کو نہ دیکھو کیونکہ) وہ شخص اگر امیر ہے تو بھی اور غریب ہے تو بھی دونوں کے ساتھ اللہ تعالیٰ کو زیادہ تعلق ہے (اتنا تعلق تم کو نہیں) لہذا تم گواہی دینے میں نفسانی خواہش کی پیروی نہ کرنا کہ کہیں تم حق اور انصاف سے ہٹ جاؤ اور اگر تم ہیر پھیر سے گواہی دو گے یا گواہی سے بچنا چاہو گے تو (یاد رکھنا کہ) اللہ تعالیٰ تمہارے سب اعمال کی پوری خبر رکھتے ہیں۔

(سورۃ النساء آیت نمبر 135)

فرمان رسول ﷺ

حضرت ابوذرؓ فرماتے ہیں کہ مجھے میرے حبیب ﷺ نے سات باتوں کا حکم فرمایا: (1) مساکین سے محبت رکھوں اور ان سے قریب رہوں (2) دنیا میں ان لوگوں پر نظر رکھوں جو (دنیاوی ساز و سامان میں) مجھ سے نیچے درجے کے ہیں اور ان پر نظر نہ کروں جو (دنیاوی ساز و سامان میں) مجھ سے اوپر کے درجے کے ہیں (3) اپنے رشتہ داروں کے ساتھ صلہ رحمی کروں اگرچہ وہ آپ سے منہ موڑیں۔ (4) کسی سے کوئی چیز نہ مانگوں (5) حق بات کہوں اگرچہ وہ (لوگوں کے لیے) کڑی ہو (6) اللہ تعالیٰ کے دین اور اس کے پیغام کو ظاہر کرنے میں کسی ملامت کرنے والے کی ملامت سے نڈروں (7) لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ کثرت سے پڑھا کروں کیوں کہ یہ کلمہ اس خزانہ سے ہے جو عرش کے نیچے ہے۔

(مسند احمد)

حالی دل ایڈیٹر کے قلم سے جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

بعض اوقات جنات نے سانپوں کا روپ دھار رکھا ہوتا ہے یا وہ جنات کی ایسی قسم سے ہوتے ہیں جو سانپوں کی شکل میں ہی زندگی گزارتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اکثر و بیشتر سانپ دراصل جنات ہوتے ہیں۔ یہ بات تاریخ اور تفسیر کی کتابوں میں بڑی وضاحت سے ملتی ہے۔ کچھ مشاہدات آپ کی خدمت میں عرض کرتا ہوں۔

راقم الحروف کے ذمہ مسجد زیب النساء کی خدمت ہے۔ ہماری مسجد کے پیش امام قاری حاجی احمد صاحب ایک روز بتانے لگے کہ میں سو رہا ہوتا ہوں تو مجھے محسوس ہوتا ہے کہ میری چار پائی کے نیچے کچھ ہے جیسے بکری یا کوئی کتا، اکثر چار پائی خود بخود حرکت کرنے لگتی ہے۔ کبھی ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کمرے کے باہر صحن میں زوردار آندھی چل رہی ہے۔ باہر دیکھتا ہوں تو کچھ بھی نہیں ہوتا۔ روز کوئی نہ کوئی واقعہ ہوتا رہتا ہے۔ میں نے قاری صاحب کو پڑھنے کے لیے چند وظائف دیئے جو انہوں نے پڑھنے شروع کر دیئے۔ کچھ عرصے بعد قاری صاحب نے بتایا کہ ایک بڑا سانپ میرے کمرے میں نظر آیا میں نے اسے مارنے کے لیے لوگوں کو بلایا۔ انہوں نے سانپ بالکل آسانی سے مار ڈالا۔ ایسے محسوس ہوتا تھا کہ کوئی طاقت سانپ کو ادھر ادھر جانے سے روک رہی ہے۔ ہم نے سانپ اٹھا کر باہر پھینکا۔ آپ یقین کریں تھوڑی دیر بالکل تھوڑی دیر بعد دیکھا تو سانپ کی لاش غائب تھی۔ یعنی وہ کوئی جن تھا اور اس کی میت اسکے درشاٹھا کھالے گئے تھے۔

میرا کئی دفعہ کا تجربہ ہے اور میرے اس تجربے کی تصدیق محدثین، مفسرین اور عالمین کے وہ تجربات ہیں جو انہوں نے اپنی تصانیف میں درج کیے ہیں کہ جو وظیفہ یا حصار جنات کے دفع کرنے کے لیے ہے بالکل وہی عمل اور وظیفہ سانپ کے ڈسے یا پھر سانپ کے دفع کرنے کے لیے ہے۔ عملیات، تاریخ اور تفسیر کی کتابیں گواہ ہیں، آپ مطالعہ فرمائیں۔ بندہ کے ایک دوست میجر صاحب کی اہلیہ کو ہر سال مقررہ وقت پر سانپ آکر کاٹتا ہے۔ موصوفہ کے جسم میں ایک خاص قسم کی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ جب تک سانپ نہ کاٹ لے چین اور سکون نہیں ملتا۔

بندہ کی والدہ مرحومہ نے واقعہ سنایا کہ ایک شخص نے ایک دفعہ سانپ مار دیا اس کے بعد اسے مستقل سانپوں سے واسطہ پڑنا شروع ہو گیا۔ اسے محسوس ہوا کہ جیسے سانپ مسلسل میرے تعاقب اور انتقام میں ہیں۔ وہ اپنا گھر چھوڑ کر دور کسی گاؤں میں چلا گیا۔ ایک اونٹ والا اس گاؤں میں سامان لاتا لے جاتا تھا۔ ایک دفعہ اس کا اونٹ اس گاؤں میں گیا تو جب اونٹ کو بٹھایا تو ایک سانپ اونٹ کے سامان سے نکل کر ہستی کی طرف دوڑا تو اونٹ والے نے اونچی آواز میں ہستی والوں کو متوجہ کیا کہ کسی کے تعاقب میں سانپ خفیہ طور پر میرے سامان کے ساتھ آگیا ہے احتیاط کریں اور واقعی وہ شخص اس ہستی میں موجود تھا۔

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

پوری دنیا کے غیر مسلموں کے لیے ہمارے دل میں خیر خواہی کا جذبہ ہو

دوستو! ایک بات ہمیشہ یاد رکھیں کیفیات اور سماعتیں، ان دو چیزوں کی قدر کرنا۔ بعض سماعتیں مستجاب ہوتی ہیں، قبولیت کی ہوتی ہیں، گھڑیاں قبولیت کی ہوتی ہیں۔ ان سماعتوں، کیفیات کی قدر کریں اور ان لحوں کی قدر کریں۔ جن لحوں میں ہمارے اندر کوئی کیفیت پیدا ہوگئی ہے۔ کوئی بھی شخص ایسا نہیں جس کو اللہ کا قرب بغیر شب جمعہ کے ملا ہو۔ یاد رکھئے گا۔ کوئی بھی شخص ایسا نہیں جس کو ہم ولی کہتے ہیں، اُس کو مقام ولایت ملا ہو اور بغیر شب جمعہ کے ملا ہو۔ یعنی جمہرات کی شام اور جمعہ کی رات۔ وہ رات اللہ کے ہاں مطلوب اور محبوب ہے۔ جمعہ سید الایام ہے۔ جمعہ سارے دنوں کا سردار ہے۔ جمعہ کی رات ساری راتوں کی سردار ہے۔ جمعہ کے دن میں ایک ایسی گھڑی ہے جس میں اللہ جل شانہ سے جو مانگو، اللہ وہ عطا کرتا ہے۔ اپنی بات پھر دوہراتا ہوں۔ دو چیزوں کی قدر دانی کریں ایک کیفیات کی اور دوسری سماعتوں کی۔ وہ اوقات تلاش کریں جن اوقات میں اللہ جل شانہ کے وعدے ہیں۔ اور پھر اللہ پاک سے عرض کریں الہی تیرے حبیب سرور کو نین ﷺ کا فرمان سنا ہے کہ ان لحوں میں دعائیں قبول ہوتی ہیں۔ اللہ میں تو اس قابل نہیں ہوں، میرا عمل اس قابل نہیں ہے، میرا جسم اس قابل نہیں۔ یا اللہ میرا سب کچھ اس قابل نہیں۔ لیکن تو سچا، تیرے حبیب ﷺ کا فرمان سچا۔ یا اللہ اپنے سچے ہونے کے واسطے، اپنے حبیب ﷺ کے سچے ہونے کے واسطے، ہاں اپنے وعدے کو میرے لیے پورا کر دے اور میری اس دعا کو قبول کر لے۔

کسی اسلئے کی ضرورت نہیں

جب نماز کے لیے مفیض درست ہو رہی ہوں اس وقت دعائیں قبول ہوتی ہیں۔ دعا کی قبولیت کا ایک واقعہ اور بھی سنا تا جاؤں جب یہ حدیث سنی تو ایک بڑھیا کہنے لگی آج میں دیکھوں تو سہی کہ حضرت بلالؓ اذان کے بعد کیا دعا مانگتے ہیں؟ تو حضرت بلالؓ نے اذان کے بعد سب سے پہلی جو دعا مانگی تھی وہ مشرکین کے لیے ہدایت کی دعا مانگی تھی۔ یا اللہ ان سارے مشرکین کو ہدایت دے دے۔ میں تو اکثر کہا کرتا ہوں کہ پوری دنیا کے غیر مسلموں کے لیے ہمارے دل میں خیر خواہی کا جذبہ

ہو۔ بعض اوقات سوچتا ہوں یہ غیر مسلم ہے، مر گیا تو جہنم کی آگ میں کیسے جلے گا؟ میرے قاسم در کو نین ﷺ کا امتی ہے۔ یہ ہندو ہے، یہ عیسائی ہے، یہ یہودی ہے، یہ مشرک ہے، یہ کوئی بھی ہے۔ حضرت بلالؓ نے جو سب سے پہلے دعا مانگی تھی وہ دعا یہی مانگی تھی کہ یا اللہ ان مشرکین مکہ کو ہدایت دے دے۔ اس بات کو سمجھیں کہ بعض اوقات کیفیات بنتی ہیں اور بعض اوقات کیفیات بناتی جاتی ہیں۔ بعض اوقات کیفیات اللہ کی طرف سے خود بخود بن جاتی ہیں۔ یہ چیزیں یکدم اللہ عطا کر دیتا ہے۔ اس کی قدر دانی کریں اور پھر مانگنا شروع کر دیں۔ اللہ سو فی صد عطا فرماتے ہیں اور بعض اوقات کیفیات بناتی جاتی ہیں۔ بڑی دیر تک دعا مانگتے مانگتے، ایک لمحہ ایسا آتا ہے کہ جس میں دل کہتا ہے کہ اب میں اللہ سے باتیں کر رہا ہوں اور اللہ میری سن رہا ہے اور اندر ایک جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ اندر ایک بے قراری، بے چینی، بے کلی اور اس کے ساتھ مزہ و لذت، سرور۔ بس سمجھ لے اللہ کے ساتھ اب تعلق بن گیا ہے۔ پھر اللہ سے مانگیں اور دل کھول کر مانگیں۔ اس کی عظمت اور شان کو مدنظر رکھتے ہوئے مانگیں۔ محنت کرنا پڑتی ہے۔ جس کو اللہ سے مانگنا آگیا اور جس کو اللہ سے منوانا آگیا اللہ کی قسم اسے دنیا کے کسی اسلئے کی ضرورت نہیں ہے۔

اللہ کی مدد کے بغیر کچھ بھی نہیں

یہ سچی بات ہے کہ دعا اللہ سے منوانے کا نام ہے۔ ایران اُس دور کی سپر پاور تھی اور اس کی شکست کے لیے کوئی سوچ بھی نہیں سکتا تھا۔ حضرت عمرؓ درخت کے نیچے سو رہے تھے۔ غالباً دو پہر کا قیلولہ تھا۔ تو ایران کے شہزادے کو گرفتار کر کے لایا گیا۔ شاید اس کا نام ہرمزان تھا اور اس کے شاہی لباس پر جو تھنے لگے ہوئے تھے ان کی جھکارسے اور ان لوگوں کی آہٹ سے حضرت عمرؓ عریٰ آنکھ کھل گئی۔ اٹھ کر بیٹھے تو امیر المومنین حضرت عمرؓ نے اسے دیکھ کر کہا، کیا حال ہے؟ وقت میں انداز بدل جاتے ہیں۔ جب یہ پوچھنا کہ کیا حال ہے؟ سمجھ گیا۔ کہنے لگا اب ہمارا حال پوچھتے ہو جب اپنے اللہ کو مقابلے کے لیے لے آئے ہو۔ تمہارے رب سے مقابلہ نہیں کر سکتے۔ بتاؤ

تو سہی عمرؓ آج تک کوئی جنگ جیتی تھی تم نے؟ جب اللہ ساتھ آجاتا ہے، تو دعا مانگ پھر تجھے ملے گا۔ اس پر محنت کرنی پڑے گی۔ یہ چیز کرتے کرتے آتی ہے۔ فکر مندی سے آئے گی بے توجہی سے نہیں آئے گی۔ ہمارے ہاں ایک مستری تھا، وہ کہنے لگا کہ جی مجھے تو صرف قبروں کی لپائی آتی ہے اور کچھ نہیں کر سکتا۔ ساری زندگی اس نے سیکھنے کی کوشش ہی نہیں کی اور واقعی جو دیوار بنائے گا نیرنگی بنائے گا اور کچھ نہیں۔ اس نے کوشش ہی نہیں کی۔ اس نے محنت ہی نہیں کی۔ اس نے ساری زندگی ایسے ہی گزار دی۔

سکون اور اطمینان کی دولت

مجھ سے ایک دفعہ کہنے لگے مجھے ایک چیز بنانی آتی ہے میں یہ بیکری والی، بھٹی بنالیتا ہوں۔ مجھے دور دورے لوگ لینے آتے ہیں اور ہاں میں نے دیکھا ہے کہ جب عمارت کی بنیادیں بھرواتے ہیں تو اس کو بلاتے ہیں۔ اس سے اوپر اس کو نہیں بلاتے۔ کیونکہ اس سے زیادہ ہو کام کر ہی نہیں سکتا تھا آپ سوچیں کیا ساری زندگی ہمیں ایسے ہی رہنا ہے؟ پھسی پھسی سی دعائیں، بے لذت مناجات، بے کیف عبادات۔ دعا سے بھی کام نہ بنا، ذکر سے بھی نہ بنا اللہ کا تعلق نصیب نہ ہوا اور اسی حال میں کرتے کرتے دنیا سے رخصتی ہوگئی تو کیا معاملہ ہوا۔ کچھ بھی نہ ہوا۔ اس کی روزی تو پھر بھی لگی ہوئی ہے۔ قبروں کی لپائی یا بھٹی بنا کے۔ یاد رکھیں دنیا کا کام نہ سیکھا تو کوئی حرج نہیں لیکن اگر اللہ کا نام نہ سیکھا، اللہ کے نام کا سرور اور کیف نہ سیکھا۔ تو معاملہ بڑا خطرناک ہوا۔ آپ یقین جانئے ساری دنیا کے عہدے، ساری دنیا کی دولتیں، ساری دنیا کے کمالات مل جائیں۔ مگر اللہ کا تعلق نہ ملے تو کچھ نہ ملا۔ حضرت ابراہیم بن ابراہیمؓ فرماتے ہیں کہ اللہ جل شانہ نے ہمیں جو اندر کا سکون اور اطمینان دیا ہے۔ اگر بادشاہوں کو پتہ چل جائے تو یہ تلواریں لیکر ہم پر ٹوٹ پڑیں۔

اسم اعظم کی روحانی محفل:

ہرمنگل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت و امن“ میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں سے نجات کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

ورزشوں سے موسم گرما میں فٹنس

جھکے ہوئے شانے تھکان اور اداسی کے مظہر ہوتے ہیں۔ ضروری نہیں کہ ان کا تعلق عمر و سال سے ہو۔ ایک ۲۰ سالہ نوجوان بھی ادھیڑ عمر والوں کی سی خستہ و خراب حالت میں پایا جاسکتا ہے (انتخاب: مہر اہتر باب۔ لاڑکانہ)

موسم گرما میں جسم کی ہیئت کو درست رکھنے کے خیال کو قبل از وقت نہیں سمجھنا چاہیے۔ ابھی سے یومیہ ورزش کا آغاز کر دیجیے، تاکہ جسم ہلکا ہو جائے اور لٹکا ہوا گوشت کس جائے اور جسم کے تکلیف دہ ابھار ختم ہو جائیں۔ موسم گرما جسم کو ڈھیلا کرتا ہے۔ سرماییں اگر آپ نے اپنے جسم کو درست کر لیا تو اس پر گرمی کا زیادہ اثر نہیں ہوگا۔ گرمی کے موسم میں انسان زیادہ ورزش بھی نہیں کر سکتا۔

رائیں، شکم، شانے اور بازو (پورا ہاتھ) وہ اعضاء ہیں جو ڈھیلے ہو کر جسم کو بد نما اور بے ہنگم بنا دیتے ہیں۔ پہلے شکم کی درستی سے آغاز کیجیے۔ جب تک شکم اپنی جگہ پر نہ ہو قدامت کی راستی (سرو قدامتی) حاصل نہیں ہو سکتی۔ قدامت کی راستی کا حسن کو دوبالا کرنے میں بڑا حصہ ہوتا ہے۔ اس مقصد کے لیے شکم کے ڈھیلے عضلات کو مناسب ورزش سے کنا ضروری ہوتا ہے۔ یہ بات زیادہ تر ورزش سے حاصل ہوتی ہے۔ شکم کو اپنی جگہ پر قائم رکھنے کے لیے اس کے اندرونی پلے اعضاء کی ورزش بھی ضروری ہوتی ہے۔ شکم کے عضلات کو مستحکم کر کے ایک ایسی کاغذ بنائی جاسکتی ہے جس سے آپ میں خود اعتمادی اور وقار پیدا ہو سکتا ہے۔ شکم کے رقبے کو درست و توانا رکھنے کے لیے موٹھوں پر کھڑے ہونے کی ورزش کی مشق روزانہ کی جانی چاہیے۔ اس مقصد کے لیے یہ ورزش بہت موثر ہے۔ پشت کے بل لیٹ جائیے اور اندر اور باہر گہری گہری سانس لیں۔ پھر آہستہ آہستہ دونوں ٹانگیں اوپر اٹھائیے اور گھٹنے بالکل سیدھے رکھیے۔ اپنے سرین اور کمر کو اٹھانے میں دونوں ہاتھوں سے مدد لیجیے، اور کہنیوں کو فرش پر ٹکا کر زور لگائیے۔ ریڑھ کو سیدھا رکھ کر اور ٹانگیں بھی سیدھی کیے ہوئے جسم کو اوپر کی طرف سیدھا کرنے کی کوشش کیجیے۔

جب سرین اور ٹانگیں سیدھی کھڑی ہو جائیں تو اپنے دونوں ہاتھوں کو اوپر لائیے تاکہ ریڑھ کا ستون بھی سیدھا ہو جائے۔ جسم کو ایک منٹ تک اسی حالت میں رہنے دیجیے اور تدریجی مشق سے اس حالت میں چند منٹ تک قائم رہنے کی کوشش کیجیے۔ پہلے کی وضع میں آنے کے لیے ہاتھوں جو جس

طرح اوپر کی طرف کھسکا یا تھا اسی طرح نیچے کی طرف سرکاتے چلے آئیے۔ یہاں تک کہ آپ کا جسم پھر فرش سے لگ جائے۔ اوپر کی طرف سیدھی پوزیشن سے جائے ٹانگوں کو ایک تخت زمین پر نہ گرایے۔ وہ عورتیں جن کو یہ ورزش دشوار معلوم ہوتی ہو اور موٹھوں پر کھڑی نہیں ہو سکتی ہوں، ان کو فرش پر لیٹ کر جسم کو پشت کے بل لیٹنا چاہیے۔ ایسا کرتے وقت شانوں کو سیدھا رکھیں اور ٹانگوں اور دھڑ کو پشت کے بل اٹھائیں، یہاں تک کہ ٹانگوں کو جسم سے اوپر اٹھا سکیں اور اس تمام حرکت میں ہاتھوں سے کمر کو اوپر سے تھام کر ریڑھ کو سہارا دیتے رہنا چاہیے۔

شکم کو کسنے کے لیے ایک قدم اور آگے بڑھانا پڑے گا۔ یہ یوگا کی ایک شکل ہے۔ اس ورزش کو موٹھوں پر کھڑے ہونے کی حالت میں شروع کیا جاتا ہے اور ٹانگوں کو حرکت دیکر سر سے اوپر لاکر باہر کی طرف نکال دیا جاتا ہے۔ اس وقت پیر حرکت میں نہ ہوں۔ گھٹنے سیدھے ہوں اور پیر فرش تک نہ جائیں، پھر ہاتھوں کو اوپر سے لاکر انگوٹھوں کو چھوا جائے۔ ٹانگوں کو فرش تک لانے کے لیے زور نہ لگایا جائے۔ اگر آپ کی کمر سخت ہے اور کافی نہیں مڑ سکتی تو اس کو صرف اتنا ہی موڑا جائے جتنی آسانی سے مڑ سکتی ہو۔ اس عمل کو روزانہ کرنے سے کمر میں چپک پیدا ہوتی چلی جائے گی، یہاں تک کہ پیر زمین سے قریب تر لائے جاسکیں گے۔ اب آہستہ آہستہ پہلی پوزیشن پر آیا جائے اور جسم کو نیچے لانے میں ہاتھوں سے مدد لی جائے۔ کمر کو چپک دار رکھنے نیز شکم کے عضلات کو کسا ہوا رکھنے کے لیے دونوں ورزشیں مجھ کو بہت پسند ہیں۔ جب اس ورزش سے پیر زمین سے چھوٹے لگیں تو تھکان کو دور کرنے کے لیے یہ بہترین ورزش ہے اور میں ایسا ہی کرتا ہوں۔

جسم کے وسطی حصے کی اصلاح

شکم کے عضلات کو کسنے اور قوی کرنے کے لیے ایک اور ورزش ہے جس میں جسم کو کھینچنا پڑتا ہے۔ زمین پر چرت لیٹ جائیے اور بازوؤں کو پہلوؤں سے ملا ہوا رکھیے۔ اب سیدھے گھٹنے کو جھکائیے اور اپنی ٹانگ کو سر پر لائیے۔ انگوٹھے اوپر کی طرف

رخ کیے ہوئے ہوں۔ چند منٹ تک اسی حالت میں قائم رہیے۔ اس کے بعد آہستہ آہستہ سے پیر کو زمین تک لاتے ہوئے پیر کو فرش پر پھیلاتے ہوئے لائیے، یہاں تک کہ ٹانگ سیدھی ہو جائے۔ اسی کو دوسری ٹانگ پر دوہرائیے۔

یہ دوسری ورزش شکم کے ڈھیلے عضلات کے لیے بہت نفع بخش ہے۔ چہرے کے بل فرش پر لیٹ جائیے اور ہتھیلیوں کو شانوں کے محاذ میں کہنیوں کی سطح پر زمین سے لگا دیجیے۔ کہنیاں ذرا باہر نکلی ہوئی ہوں، پھر اندر اور باہر سانس لیتے ہوئے جسم کو اوپر اٹھائیے، جسم کو اٹھاتے وقت سر، شانے اور شکم ایک سیدھے میں ہونے چاہیں۔ پھر سانس کو باہر خارج کر کے جسم کو آہستہ سے فرش تک لے آئیے۔ اس ورزش سے بڑھا ہوا شکم نرم ہو جاتا ہے اور اندرونی و بیرونی عضلات کو تحریک ہوتی ہے۔ اس سے جسم کی ہیئت میں موزونیت آتی ہے لیکن شانوں کی ہڈیوں کے درمیان گوشت کا جو دور لٹھڑا ہوا ہوتا ہے وہ جسم کو بد وضعی پر قائم رکھتا ہے۔ پہلی نگاہ جسم کے چوکھٹے پر پڑتی ہے اور اگر جسم کے انداز و قدامت میں نقص ہوتا ہے تو دوسری خوبیاں ماند پڑ سکتی ہیں۔

جھکے ہوئے شانے تھکان اور اداسی کے مظہر ہوتے ہیں۔ ضروری نہیں کہ ان کا تعلق عمر و سال سے ہو۔ ایک ۲۰ سالہ نوجوان بھی ادھیڑ عمر والوں کی سی خستہ و خراب حالت میں پایا جاسکتا ہے، اگر اس کی چال ڈھال میں جوانوں کا سا انداز نہ ہو۔ ذیل کی ورزشیں فاضل چربی کو تحلیل کرتیں اور شانوں کے رقبے کو درست کرتی ہیں: جسم کے خطوط کو صحیح کرنے کے علاوہ یہ ورزشیں عضلات کو قوی بھی کرتی ہیں۔ فرش پر جھک جائیں، گھٹنے مڑے ہوئے ہوں اور ہاتھ کے اگلے حصے اور ہتھیلیاں سامنے فرش پر رکھی ہوئی ہوں۔ گھٹنوں کو ایک فٹ پیچھے ہٹایا جائے اور گہری سانس لیکر اوپر کی طرف اس طرح اٹھایا جائے کہ پیر فرش پر نکلے ہوئے ہوں اور گھٹنے سیدھے ہو جائیں۔ کہنیاں فرش پر رکھی ہوئی ہوں اور جسم کا سارا وزن ہاتھوں اور پیر کی انگلیوں پر ہو۔ پھر سر کو آہستہ آہستہ اس قدر اوپر اٹھایا جائے جس قدر اٹھ سکے۔ اس کے بعد سانس نکالی جائے اور گھٹنوں کو فرش پر پھر نکا دیا جائے۔

جسم کے ساتھ سر کو اوپر اٹھانے سے شانے کے رقبے کو فائدہ پہنچتا ہے۔ بدن کو کھینچنے اور پھیلانے سے زائد گوشت چھٹتا ہے اور کمر کے اوپر مرکز کے نرم اور پلے عضلات مضبوط ہوتے ہیں۔ سینے کے رقبے کو ترقی و صحت سے تحریک ہوتی ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر پڑھیں)

سلاد کھائیے۔ صحت پائیے

سلاد کھانے کو جلد ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے اور سلاد میں ریشہ (فائبر) ہوتا ہے۔ اس لیے یہ وزن نہیں بڑھاتا

جہاں تک پھلوں اور سبزیوں کے استعمال کا تعلق ہے، انسان اسے صدیوں سے کھا رہا ہے۔ دو تین عشرے قبل تک ہمارے ہاں کھانے میں کچا اور پکا جڑ، مولی، دھنیا، پودینہ، پیاز، لیموں اور ترخ کا استعمال عام تھا۔ پھر گوشت خوری، مرغن غذائیں اور تلی ہوئی اشیاء کا رجحان اس خیال سے بڑھتا گیا کہ یہ نہایت مقوی غذائیں ہیں۔ ایسے لوگ بھی موجود ہیں جو گوشت کے بغیر کھانا نہیں کھاتے اور گوشت کو غذا کا لازمی اور ضروری حصہ خیال کرتے ہیں۔

مغرب والے جب مشینی زندگی کے اسیر ہوئے اور ہولٹوں سے کھانے کا رواج زور پکڑا تو غذائی معلومات عام ہونے لگیں۔ پھر متوازن غذا کا تصور ابھرا جس سے وہاں پر سلاد کا رجحان عام ہوا۔ ان کی دیکھا دیکھی ہمارے امراء کے طبقہ میں بھی سلاد کا استعمال بطور فیشن شروع ہو گیا۔ مگر یہ عوامی سطح پر رواج نہیں پاسکا۔ متوازن غذا سے مراد ایسی غذا ہے جو جسم انسانی کے لیے ضروری اجزاء حیاتین، لمبیات، چکنائی، نشاستہ اور معدنی نمکوں پر مشتمل ہو۔ حیاتین پھلوں و سبزیوں، لمبیات دودھ، دہی، گوشت اور آٹے میں۔ نشاستہ گندم کے آٹے، چاول اور آلو میں جبکہ نشاستہ دودھ اور دہی میں بھی ہوتا ہے۔ کچا سبزیوں میں حیاتین اور فائبر ہوتا ہے۔ ترکاریاں پکانے پر ان کے حیاتین ضائع ہو جاتے ہیں۔ اس لیے کچا سبزیوں ہی استعمال کی جائیں۔

یہ بات تحقیقات کے نتیجے میں سامنے آچکی ہیں کہ گوشت، مرغن اور تلی ہوئی اشیاء کا زیادہ استعمال کوئی فائدہ نہیں دیتا بلکہ صحت کے لیے نقصان دہ ہے۔ لہذا ہم غذائی ضرورت کے لیے پھلوں اور سبزیوں کو سلاد کی صورت اہمیت دیں اور غذا کا حصہ بنالیں۔ کیونکہ سلاد کے ذریعے ہم کچا سبزیوں کو مزید خوش ذائقہ اور غذائی اجزاء سے بھرپور بنا سکتے ہیں۔

سلاد نہ صرف کھانے کو جلد ہضم کرنے میں مدد دے گا بلکہ صحت کے لیے مفید ہوگا۔ سلاد میں ریشہ (فائبر) ہوتا ہے۔ اس لیے یہ وزن نہیں بڑھاتا بلکہ جسم کے لیے ضروری حیاتین اور معدنی نمک پوری کرتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 17 پر)

کتے کا کٹنا اور جعلی پیر کا دم

چار ماہ بعد اسے محسوس ہوا کہ اس کی ذہنی کیفیت بگڑنا شروع ہو گئی۔ پیشتر اس کے کچھ علاج کیا جاتا، نذیر نے چیخنا چلانا شروع کر دیا اور مرنے مارنے جیسی حرکتیں کرنے لگا (تحریر: عبدالسلام۔ حیدر آباد)

سبز رنگ کا مادہ منہ اور ناک سے بہہ رہا تھا۔ اس وقت گھر والے بھی اسے ڈھونڈتے پھرتے تھے۔ انہوں نے نذیر کو اٹھایا اور پیر صاحب کے پاس لے گئے۔ ایک آدمی نے انہیں بتایا کہ پیر صاحب راولپنڈی چلے گئے ہیں۔

نذیر کو گھر والے مجبوراً ایک حکیم کے پاس لے گئے جو خود دہلی دوائیاں بنا کر لوگوں کو دیتا تھا۔ اس نے جب نذیر کو دیکھا اور اس کے والدین سے تمام حالات معلوم کیے تو اس نے کہا کہ خدا کا شکر ادا کرو جس نے آک کے دودھ سے آپ کے بیٹے کو شفا بخشی ہے۔ اس نے نذیر کو تھوڑی سی دوائیاں دیں۔ کچھ دنوں کے بعد وہ بالکل صحت مند ہو گیا۔ نذیر ہمارے علاقے کا واحد آدمی ہے جس کو باؤلا ہونے کے بعد شفا ملی ہے۔

بعد میں انکشاف بھی ہوا کہ پیر صاحب کو جب معلوم ہوا تھا کہ نذیر باؤلا ہو گیا ہے اور اسکے پاس لار ہے ہیں تو اس نے ایک آدمی کو یہ جھوٹ بولنے کے لیے بھیج دیا کہ پیر صاحب راولپنڈی چلے گئے ہیں۔ یہ انکشاف پیر صاحب کے ایک معتاد آدمی نے کیا تھا۔

شاہی معجون

(رفعت خانم۔۔۔ لعل آباد)

یہ معجون حکیم علی گیلانی نے مغل بادشاہوں کے لیے منتخب کیا تھا۔ اجزاء:- خوبانی خشک۔ چھو ہارے، کشمش تینوں 100، 100 گرام۔ مرہ بہ آملہ 300 گرام، مرہ بہ بی 200 گرام، مرہ بہ سیب 200 گرام، مرہ بہ اورک 200 گرام، چاندی کے ورق ایک ہنڈل

ترکیب:- تمام خشک اجزاء (خوبانی اور چھو ہارے کی گھٹلیاں نکال لیں) باریک کریں پھر ان میں تمام مرہ بہ جات شامل کر کے گھٹلیں جب اچھی طرح باریک ہو جائیں تو اس میں ورق ڈال دیں اور ملا لیں صبح و شام ایک چمچ دودھ کے ہمراہ لیں۔ دماغ، اعصاب اور پنوں کے لیے نہایت مفید ہے۔ نظر تیز ہوتی ہے۔ جسم کو قوت ملتی ہے۔ کمزور جسم والوں کے لیے بہترین ناک ہے۔

یہ واقعہ دوست کی زبانی پیش کر رہا ہوں۔ ہمارے گاؤں کے نذیر نامی ایک شخص کو باؤلے گئے نے کاٹ لیا۔ اس کے والدین اسے ایک پیر صاحب کے پاس لے گئے۔ دیہات میں پیر کو خدا کے بعد درجہ دیا جاتا ہے۔ نذیر بیس سال کا نوجوان اور ماں باپ کا اکلوتا بیٹا تھا۔ پیر صاحب نے نذیر کو نمک دم کر کے دیا کہ یہ چالیس دن استعمال کرنا ہے۔ پیر صاحب کا نام نہیں لکھوں گا کیونکہ میانوالی، بھکر اور خوشاب کے اضلاع کی 80 فی صد آبادی اس کی مرید ہے۔

نذیر نے چالیس دن تک یہ نمک استعمال کیا مگر تین چار ماہ بعد اسے محسوس ہوا کہ اس کی ذہنی کیفیت بگڑنا شروع ہو گئی۔ پیشتر اس کے کچھ علاج کیا جاتا، نذیر نے چیخنا چلانا شروع کر دیا اور مرنے مارنے جیسی حرکتیں کرنے لگا۔ اُس کو رسیوں سے باندھ دیا گیا۔ نذیر بالکل باؤلا ہو چکا تھا۔ اس کے والدین کے لیے یہ صدمہ ناقابل برداشت تھا۔ انہوں نے اللہ تعالیٰ سے رورو کر دعا مانگنا شروع کر دیں۔ باؤلے آدمی کا انجام موت ہوتی ہے۔ شاید کوئی دوا ہوتی ہوگی۔ لیکن ہمارے دیہات تک ابھی اس دوا کا نام بھی نہیں پہنچا۔ اور نہ ہی پیر چاہتے ہیں کہ کسی کو کسی بھی دوا کا علم ہو۔

نذیر رسیوں سے بندھا ہوا تھا لیکن رات کو کسی طرح رسیوں سے آزاد ہو گیا۔ کچھ لوگوں کا خیال تھا کہ ماں نے متا کے ہاتھوں مجبور ہو کر نذیر کو رسیوں سے آزاد کیا تھا۔ لیکن ماں اسے کھلتی تو وہ سب سے پہلے ماں کو کاٹتا۔ بہر حال وہ آزاد ہو گیا تھا۔ وہ جلد ہی گاؤں سے نکل گیا۔ اس کے سامنے ایک آک کا پودا آ گیا۔ آک کا پودا اٹھل کے ریتلے علاقوں میں بہت زیادہ پایا جاتا ہے۔ اس کا پتہ یا کوئل توڑی جائے تو دودھ جیسی سفید رنگت کا ایک مادہ نکلتا ہے۔ یہ بہت کڑوا اور زہریلا ہوتا ہے۔ یہ تھوڑی سی مقدار میں بچے کو پلایا جائے تو موت واقع ہو جاتی ہے۔ آنکھوں میں پڑ جائے تو بینائی ختم ہو جاتی ہے۔

نذیر کے سامنے آک کا پودا آیا تو اس نے اسی کو کاٹنا شروع کر دیا۔ کوئلے اور پتے کھا لیے۔ وہ یہ سب کچھ باؤلے پن میں کر رہا تھا۔ پھر وہ آگے چل پڑا اور گر گیا۔ قے شروع ہو گئی،

انار دانہ ہر گھر کی اہم ضرورت

پیٹ درد میں انار دانہ پانی میں رگڑ کر نمک اور کالی مرچ حسب ضرورت ملا کر پینے سے فوراً درد دور ہو جاتا ہے

عربی حب ارمان سندھی ڈاڑھوں فارسی ختم انار

انگریزی Pomegranate Seeds

کھنے اور کچے اناروں کے دانوں کو خشک کر لیا جاتا ہے۔ اس کا رنگ سفید اور ذائقہ ترش ہوتا ہے۔ جبکہ اس کا مزاج سرد و خشک درجہ دوم ہے۔ اس کی مقدار خوراک چھ ماشہ سے نو ماشہ ہے۔

انار دانہ کے فوائد: (1) انار دانہ باضم ہے (2) بھوک لگاتا ہے۔ (3) مقوی معدہ ہے۔ صفراوی مواد کو معدہ پر اثر انداز نہیں ہونے دیتا۔ (4) صفراوی تے اور متلی میں انار دانہ کا استعمال سے بہت فائدہ ہوتا ہے (5) خشک و تر خارش میں انار دانہ کے استعمال سے بہت فائدہ ہوتا ہے

(6) اسہال اور پچش والے مریضوں کو انار دانہ پانی میں رگڑ کر پلانے سے شفا ہوتی ہے۔ (7) ہاضمہ کی خرابی کی صورت میں انار دانہ چھ ماشہ، پودینہ خشک چھ ماشہ (سبز پودینہ کی صورت میں دو تولے) اور پیاز چھ ماشہ، پانی میں رگڑ کر پلانے سے دو خوراکوں ہی سے ہاضمہ درست ہو جاتا ہے،

مغرب ہے۔ (8) پوزینے کی چٹنی بنانے میں انار دانہ ایک اہم جز ہے۔ (9) انار دانہ قابض ہوتا ہے۔ (10) پیٹ درد میں انار دانہ پانی میں رگڑ کر نمک اور کالی مرچ حسب ضرورت ملا کر پینے سے فوراً درد دور ہو جاتا ہے (11) صفراوی بخار میں پانچ تولے انار دانہ ایک سیر پانی میں بھلو کر رکھنے اور تھوڑا تھوڑا انتھار کر مریض کو چٹنی ملا کر پلانے سے پیاس کی شدت دور ہو جاتی ہے اور بخار کے لیے بے حد مفید ہے۔

صرف رازوں کے متلاشی پڑھیں

کون عبقری کے گزشتہ رسائل سے سو فی صد فائدہ لینا چاہتا ہے اسکے روحانی انکشافات، سینے کے راز اور طبی معلومات ہر صفحہ پر مونیوں کی طرح بکھرے ہوئے ہیں یہ رسالہ نسلوں کا معالج اور ہمدرد ہے۔ روحانی، طبی اور نفسیاتی عمر بھر کی محنتوں کا انمول مجموعہ ہے۔ گزشتہ سال کی مکمل فائل بارہ رسالوں پر مشتمل خوبصورت جلد کا میاب روحانی جسمانی معالج ثابت ہوگی قیمت -/200 سو روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

ازدواجی زندگی کو بے مثال بنانے کے سنہرے راز

بٹی شوہر کی بات کو ہمیشہ توجہ سے سننا، اسکو اہمیت دینا اور ہر حال میں ان کی بات پر عمل کرنے کی کوشش کرنا اس طرح تم اس کے دل میں جگہ بنا لو گی کیونکہ اصل آدمی نہیں آدمی کا کام پیارا ہوتا ہے (تحریر: ایم صادق کاکڑ۔ دکی لورالائی)

چڑچا پن پیدا ہو جاتا ہے۔

قارئین کرام، السلام علیکم!

میں عرصہ سے ماہنامہ عبقری کا قاری ہوں۔ آج کی محفل میں ازدواجی زندگی کا میاب بنانے کے لیے چند اصول آپ کے لیے کتابوں سے چن کر لایا ہوں۔

سب سے پہلے میں عرب کی ایک مشہور عالم، ادیبہ کی دس وصیتیں نقل کرتا ہوں جو حکیم العصر حضرت مولانا محمد یوسف لدھیانوی صاحب کی کتاب تہذیب الدین میں لکھی ہیں۔

1- میری پیاری بیٹی، میری آنکھوں کی ٹھنڈک، شوہر کے گھر جا کر قناعت والی زندگی گزارنے کا اہتمام کرنا۔ جو دل روٹی ملے اس پر راضی رہنا، جو روکھی سوکھی شوہر کی خوشی کے ساتھ مل جائے وہ اس مرغ پلاؤ سے بہتر ہے جو تمہارے اصرار کرنے پر اس نے ناراضگی سے دیا ہو۔

2- میری پیاری بیٹی، اس بات کا خیال رکھنا کہ اپنے شوہر کی بات کو ہمیشہ توجہ سے سننا اور اسکو اہمیت دینا اور ہر حال میں ان کی بات پر عمل کرنے کی کوشش کرنا اس طرح تم ان کے دل میں جگہ بنا لو گی کیونکہ اصل آدمی نہیں آدمی کا کام پیارا ہوتا ہے۔

3- میری پیاری بیٹی اپنی زینت و جمال کا ایسا خیال رکھنا کہ جب وہ تجھے نگاہ بھر کے دیکھے تو اپنے انتخاب پر خوش ہو اور سادگی کے ساتھ جتنی بھی استطاعت ہو خوشبو کا اہتمام ضرور کرنا اور یاد رکھنا کہ تیرے جسم و لباس کی کوئی بویا کوئی بری ہیئت اسے نفرت و کراہت نہ دلانے۔

4- میری پیاری بیٹی اپنی شوہر کی نگاہ میں بھلی معلوم ہونے کے لیے اپنی آنکھوں کو سرے اور کا جل سے حسن دینا کیونکہ پرکشش آنکھیں پورے وجود کو دیکھنے والے کی نگاہوں میں ایجاد دیتی ہیں۔ غسل اور وضو کا اہتمام کرنا کہ یہ سب سے اچھی خوشبو ہے اور لطافت کا بہترین ذریعہ ہے۔

5- میری پیاری بیٹی ان کا کھانا وقت سے پہلے ہی اہتمام سے تیار رکھنا کیونکہ یہ تنک برداشت کی جانی والی بھوک بھڑکتے ہوئے شعلے کی مانند ہو جاتی ہے اور ان کے آرام کرنے اور نیند پوری کرنے کے اوقات میں سکون کا ماحول بنانا کیونکہ نیند ادھوری رہ جائے تو طبیعت میں غصہ اور

6- میری پیاری بیٹی ان کے گھر اور اسکے مال کی نگرانی یعنی ان کے بغیر اجازت کوئی گھر میں نہ آئے اور ان کا مال اغویات، نمائش و فیشن میں برہانہ کرنا کیونکہ مال کی بہتر نگہداشت حسن انتظام سے ہوتی ہے اور اہل عیال کی بہتر حفاظت حسن تدبیر سے۔

7- میری پیاری بیٹی ان کی راز دار رہنا، ان کی نا فرمانی نہ کرنا کیونکہ ان جیسے بارعب شخص کی نا فرمانی جلتی پر تیل کا کام کرے گی اور تم اگر اسکا راز دوسروں سے چھپا کر نہ رکھ سکیں تو اسکا اعتماد تم پر سے ہٹ جائیگا اور پھر تم بھی اسکے دورے پن سے محفوظ نہیں رہ سکو گی۔

8- میری پیاری بیٹی جب وہ کسی بات پر غصے میں ہوں تو اپنی کسی خوشی کا اظہار ان کے سامنے نہ کرنا یعنی ان کے غم میں برابر کی شریک رہنا۔ شوہر کی کسی خوشی کے وقت غم کے اثرات چہرے پر نہ لانا اور نہ ہی شوہر سے ان کے کسی رویے کی شکایت کرنا۔ ان کی خوشی میں خوش رہنا۔ ورنہ تم ان کے قلب کے مکدر کرنے والی شمار ہو گی۔

9- میری پیاری بیٹی اگر تم ان کی نگاہوں میں قابل تکریم بننا چاہتی ہو تو اس کی عزت اور احترام کا خوب خیال رکھنا اور اسکی مرضیات کے مطابق چلنا تو اس کو بھی ہمیشہ ہمیشہ اپنی زندگی کے ہر ہر مرحلے میں اپنا بہترین رفیق پاؤ گی۔

10- میری پیاری بیٹی میری اس نصیحت کو پلو سے باندھ لو اور اس پر گرہ لگا لو کہ جب تک تم ان کی خوشی اور مرضی کی خاطر کئی بار اپنا دل نہیں مارو گی اور انکی بات ادھر رکھنے کے لیے خواہ تمہیں پسند ہو یا ناپسند، زندگی کے کئی مرحلوں میں اپنے دل میں اٹھنے والی خواہشوں کو دفن نہیں کرو گی اس وقت تک تمہاری زندگی میں بھی خوشیوں کے پھول نہیں کھلیں گے۔ اے میری پیاری اور لاڈلی بیٹی ان نصیحتوں کے ساتھ میں تمہیں اللہ کے حوالہ کرتی ہوں اللہ تعالیٰ زندگی کے تمام مرحلوں میں تمہارے لیے خیر مقدر فرمائے اور ہر برائی سے تم کو بچائے۔

اولیاء کے مستند وظائف و عبادت حضرت خواجہ قطب الدین بختیار کاکی

جب رات کو بستر پر لیٹتا ہوں، تو مجھے چکی چلنے یا شہد کی کھپوں کی جھنناہٹ محسوس ہوتی ہے، اور مجھے کوئی چیز بجلی کی طرح چمکتی نظر آتی ہے اور جب سراٹھا کر دیکھتا ہوں تو ایک کالی چیز صحن میں نظر آتی ہے

ہر ماہ کسی ایک بزرگ کی زندگی کے آزمودہ روحانی نچوڑ آپ عبرتی میں پڑھیں

مُؤْسَى وَ رَبِّ اسْحَقْ وَ رَبِّ يَفْعُوْبَ وَ رَبِّ جِبْرَائِيْلَ وَ رَبِّ مُيْكَائِيْلَ وَ اِسْرَافِيْلَ وَ عِزْرَافِيْلَ عَلَيْهِمُ السَّلَامُ وَ مُنْزِلَ التَّوْرَةِ وَ الْاِنْجِيلِ وَ الزَّبُورِ وَ الْفُرْآنِ الْعَظِيْمِ اَرِنِي فِي مَنَامِي اللَّيْلَةِ مَا اَنْتَ اَعْلَمُ بِهِ مِنِّي ﴿﴾

اگر پہلی رات خواب میں جواب نہ ملے، تو سات دن تک یہی عمل کرنا چاہیے۔

(3) استخارہ کا یہ طریقہ بھی مجرب ہے۔ عشاء کی نماز کے بعد وضو کر کے پاک بستر پر بیٹھ کر، ۳ مرتبہ درود شریف پڑھیں اور سورۃ فاتحہ ۱۵ مرتبہ، سورۃ اخلاص ۱۱ مرتبہ پڑھ کر ۳ مرتبہ درود شریف پڑھ کر دانی کروٹ قبلہ کی طرف منہ کر کے لیٹ جائیں، خواب میں جو کچھ نظر آئے، کسی بزرگ یا عالم متقی سے تعبیر دریافت کریں۔

(4) حضرت ابو دجانہؓ فرماتے ہیں کہ میں نے حضور ﷺ سے شکایت کی کہ جب رات کو بستر پر لیٹتا ہوں تو مجھے چکی چلنے یا شہد کی کھپوں کی جھنناہٹ محسوس ہوتی ہے اور مجھے کوئی چیز بجلی کی طرح چمکتی نظر آتی ہے۔ جب سراٹھا کر دیکھتا ہوں تو ایک کالی چیز صحن میں نظر آتی ہے۔ میں نے اس کا جسم چھو کر دیکھا تو وہ سایہ جیسا معلوم ہوا مگر اس نے فوراً ہی میرے منہ پر آگ کا شعلہ چمک مارا۔

حضور سرور کو نبین ﷺ نے فرمایا جاؤ اقلّم روایات اٹھا کر لاؤ اور حضرت علیؓ کو حکم دیا کہ

(بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۝ هٰذَا كِتَابٌ مِّنْ مُحَمَّدٍ رَّسُوْلِ اللّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ اِلَى مَنْ طَرَقَ الدَّارَ مِنَ الْعُمَمَارِ وَالزُّوَارِ اِلَّا طَارِقًا يَطْرُقُ بِخَيْرٍ اَمَّا بَعْدُ فَاِنْ لَّنَا وَلَكُمْ فِى الْحَقِّ سَعَةٌ فَاِنْ تَكُ عَاقِبًا مُّوْلِعًا وَّلَا جِرَا مُّقْتَعِمًا وَّوَرَا حِيًا مُّبْتَطِلًا فَهٰذَا كِتَابُ اللّٰهِ يَنْطِقُ عَلَيْنَا وَعَلَيْكُمْ بِالْحَقِّ اِنَّا كُنَّا لَنَسْتَسْمِعُ

حضور سرور عالم خاتم المعصومین ﷺ کا ارشاد اقدس ہے جو شخص اللہ تعالیٰ سے استخارہ کرتا ہے، وہ خسارہ میں نہیں رہتا۔

(1) حضرت جابرؓ فرماتے ہیں کہ حضور سرور عالم ﷺ ہمیں استخارہ کی تعلیم اس طرح دیا کرتے تھے، جس طرح قرآن کریم کی تعلیم دیا کرتے۔ حضرت محمد ﷺ نے فرمایا اگر کوئی شخص کسی کام کا ارادہ کرے تو اسے ۲ رکعت نماز پڑھ کر یہ دعا پڑھنی چاہیے۔

(اَللّٰهُمَّ اِنِّى اَسْتَخِيْرُكَ بِعِلْمِكَ وَ اَسْتَفِيْذُكَ بِقُدْرَتِكَ وَ اَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيْمِ فَاِنَّكَ تَقْدِرُوْا وَلَا اَقْدِرُوْا تَعْلَمُ وَلَا اَعْلَمُ وَ اَنْتَ عَلَٰمُ الْغُيُوْبِ اَللّٰهُمَّ اِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ اَنَّ هٰذَا الْاَمْرَ خَيْرٌ لِّىْ فِىْ دِيْنِىْ وَ مَعَاشِىْ وَ عَاقِبَةِ اَمْرِىْ فَاَقْدِرْهُ لِىْ وَيَسِّرْهُ لِىْ ثُمَّ بَارِكْ لِىْ فِيْهِ وَاِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ اَنَّ هٰذَا الْاَمْرَ شَرٌّ لِّىْ فِىْ دِيْنِىْ وَ مَعَاشِىْ وَ عَاقِبَةِ اَمْرِىْ فَاَصْرِفْهُ عَنِّىْ وَ اصْرِفْنِىْ عَنْهُ وَ اَقْدِرْ لِى الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ اَرْضِنِىْ بِهِ)

﴿هٰذَا اَلَا مَرْ﴾ پڑھتے وقت اپنی حاجت کا نام لینا چاہیے۔ استخارہ ۷ روز تک کرنا مسنون ہے۔ ۷ مرتبہ استخارہ کرنے کے بعد دل کا رجحان جس طرف ہو، اس پر عمل کرنا چاہیے۔

(2) حضرت علیؓ کا ارشاد ہے کہ جو شخص خواب میں کسی کام کے نیک یا بد ہونے کا حال معلوم کرنا چاہے، تو اس کو رات کو سوتے وقت ۶ رکعت نماز استخارہ پڑھنی چاہیے۔ اس ترکیب سے کہ پہلی رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد سورۃ الفاتحہ ۷ مرتبہ اور دوسری میں سورۃ الباقی ۷ مرتبہ، تیسری میں سورۃ الفاتحہ ۷ مرتبہ اور چوتھی میں سورۃ الفاتحہ ۷ مرتبہ پڑھیں۔ پانچویں میں سورۃ الفاتحہ ۷ مرتبہ اور چھٹی میں سورۃ الفاتحہ ۷ مرتبہ پڑھیں۔ نماز سے فراغت کے بعد حق تعالیٰ کی تحمید و تقدیس کے بعد درود شریف پڑھ کر سو رہیں۔

﴿اَللّٰهُمَّ رَبِّ مُحَمَّدٍ وَ رَبِّ اِبْرٰهِيْمَ وَ رَبِّ

مَا كُنْتُمْ تَعْلَمُوْنَ ۝ وَ رَسُلُنَا لَدَيْهِمْ يَكْتُمُوْنَ مَا تَكْتُمُوْنَ ۝ اَتَرَكُوا صَاحِبَ كِتَابِىْ هٰذَا اِنْطَلِقُوْا اِلَى عَبْدَةِ الْاَصْنَامِ وَاِلَى مَنْ يُّزْعَمُ اِنَّ مَعَ اللّٰهِ اِلٰهًا اٰخَرَ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ، كُلُّ شَيْءٍ هَالِكٌ اِلَّا وَجْهَهُ، لَهُ الْحُكْمُ وَ اِلَيْهِ تُرْجَعُوْنَ ۝ هُمْ لَا يَبْصُرُوْنَ حَمَاقَتَ تَغْلِبُوْنَ حَمَّ وَ حَمَّ وَ الْكِتَابِ الْمُبِيْنِ ۝ تَفَرَّقْ اَعْدَاءُ اللّٰهِ وَ بَلَّغْتَ حُجَّةُ اللّٰهِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ فَسَيَكْفِيْكَهُمْ اللّٰهُ وَ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ﴾

ابو دجانہؓ کہتے ہیں کہ میں حضور سرور عالم ﷺ کا مکتوب لے کر گھر چلا گیا اور رات کو سو رہا تھا کہ کوئی گویا۔ رات کو سوتے ہوئے جینے چلانے کی آواز آئی ”یہ تحریر اپنے گھر سے علیحدہ کر دو، ہم وعدہ کرتے ہیں کہ اب تمہارے گھر نہ آئیں گے اور نہ اس گھر میں داخل ہوں گے۔ جس گھر میں یہ مکتوب حضور سرور عالم ﷺ کی ہوگی۔“ صبح کو میں نے نماز فجر کے بعد رات کے واقعہ کا ذکر حضور ﷺ سے کیا۔ حضور عالم ﷺ نے فرمایا اب وہ جن نہ تمہارے گھر آئے گا، نہ تمہارے پڑوس میں۔ آسیب زدہ پر آیت الکرسی ۵۰ مرتبہ یا ۷۰ مرتبہ یا ۱۰۰ مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ نوٹ: ۳۰ دن یا ۷۰ دن تک روزانہ دم کرنا چاہیے۔

مشکلات کے حل کا عجیب و غریب عمل
جو شخص اپنا مقصد حاصل کرنے سے عاجز ہو یا رنج و غم میں مبتلا ہو یا قرض دار ہو۔ غرض کوئی بھی مقصد ہو، یہ آیت ۱۵۳ مرتبہ مداومت (پابندی) کے ساتھ پڑھیں۔ خواہ دن میں پڑھیں یا رات میں، مگر نیت خالص رکھنی چاہیے۔

پڑھنے کا طریقہ:- بہتر یہ ہے کہ پہلے غسل کریں، غسل نہ کر سکیں تو وضو کریں اور ۲ رکعت نفل پڑھیں۔ نماز کے بعد استغفار، سورۃ فاتحہ، سورۃ اخلاص اور سورۃ یٰسین پڑھ کر ثواب حضور سرور عالم ﷺ کی خدمت میں ہدیہ کریں۔ پھر یہ آیت ایک مرتبہ پڑھ کر ایک مرتبہ یہ شعر پڑھیں۔ اس کے بعد آیت ۵۰ مرتبہ پڑھ کر یہ ایہات ایک مرتبہ پھر پڑھیں۔ اس کے بعد ۱۰۰ مرتبہ آیت پڑھ کر ایک مرتبہ دوبارہ اشعار پڑھیں۔

آیت ﴿فَسَيَكْفِيْكَهُمْ اللّٰهُ وَ هُوَ السَّمِيْعُ الْعَلِيْمُ﴾
يَا مَنْ اِذَا ضَاقَ الْفَضَا وَ تَرَاكَمَتْ جَمَلُ الدَّوَابِّ وَ ذَاقَتِ النَّفْسُ الْعَمٰى وَ اَلَيْتَ عِنْدَ النَّاسِ
فَوَجَّهَتْهَا بِذَقِيْهِ مِنْ حُسْنِ لَطْفِكَ يَا اِلٰهِي

گناہوں کا کفارہ

ایک روز دریا میں اچانک طغیانی آگئی اور کشتی الٹ گئی۔ وہ لوگ جو تیراکی نہیں جانتے تھے وہ تو کسی نہ کسی طرح کنارے سے لگ گئے لیکن ملاح کا بیٹا ڈوب گیا

کپڑوں سمیت دریا میں چلا گیا۔ لگاؤ۔ میں نیا نیا تیراک تھا اور کبھی کبھی کسی تالاب یا نہر کے کنارے شوقیہ تیراکی کر لیا کرتا تھا۔ میں نے یہی سوچا تھا کہ بس یہ معمول ہی کی تیراکی ہوگی اور میں کنارے تک پہنچ کر پچاس روپے وصول کر لوں گا۔ میں نے جو کچھ سوچا تھا معاملہ اس کے بالکل الٹ ہو گیا۔ میں غوطہ لگا کر ابھر اوروں مجھے اپنی بے وقوفی کا احساس ہونے لگا۔ پانی گہرا اور بہاؤ بہت تیز تھا۔ میں نے کنارے کی طرف تیرنے کی کوشش کی لیکن میں پانی کے ساتھ بہتا چلا جا رہا تھا۔ جلد ہی میں غوطے کھانے لگا اور میرے اوسان آہستہ آہستہ کھوئے گئے۔ اس کے بعد مجھے کچھ ہوش نہ رہا۔ جب ہوش آیا میں دریا کے باہر اوندھے منہ لیٹا ہوا تھا اور ایک بوڑھا شخص میری پیٹھ پر دباؤ ڈال کر مجھے تے کر وار ہا تھا تا کہ دریا کا پانی جو میرے پیٹ میں چلا گیا ہے باہر نکل آئے۔

میرے دوست، جن کے چہرے خوف اور دہشت سے زرد ہو رہے تھے، بھاگ کر کہیں سے ایک تانگہ لے آئے اور مجھے تانگے میں ڈال کر گھر کی طرف چل دیے۔ وہ بوڑھا شخص جس نے میری جان بچائی تھی ہمارے ساتھ ہی تانگے میں بیٹھ گیا۔ اس نے بتایا کہ ابھی میرے پیٹ میں پانی موجود ہے۔ پچھروں میں پانی چلا گیا ہوگا۔ اس کے لیے کچھ ماش وغیرہ کرنے کی ضرورت پیش آئے گی جس کے لیے اس کا میرے گھر جانا ضروری ہوگا۔ میں نے سوچا کہ اس شخص کو میرے باپ سے انعام لینے کا لالچ ہوگا۔

ہم لوگ گھر پہنچے تو میرے دوستوں نے میرے والدین کو بتایا کہ اس بوڑھے شخص نے دلیری سے مجھے ڈوبنے سے بچالیا تھا جبکہ وہاں کنارے پر موجود بچے کئے اور جوان ملاحوں نے میرے دوستوں کے شور مچانے پر کہا تھا کہ پہلے وہ انہیں ان کا نذرانہ دیں اس کے بعد وہ پانی میں چلا گیا لگائیں گے۔ میں اپنے والدین کی اگلی اولاد دھونے کی وجہ سے ان کا بہت چہیتا تھا۔ میرے اس طرح فحج جانے پر وہ بوڑھے ملاح کے انتہائی شکر گزار تھے۔ اس بوڑھے کی کوشش سے میری جسمانی حالت بحال ہوگئی۔ اس نے میرے گھر والوں کو کہا کہ وہ میرے لیے کڑوا تیل گرم کر کے لائیں۔ پھر اس نے نیم گرم تیل سے مجھے کبھی الٹا اور کبھی سیدھا لٹا کر میرے جسم

دریا، نہر یا کسی تالاب میں ایک دو انسانوں کے ڈوبنے کی خبریں اخباروں میں چھپتی رہتی ہیں۔ کسی کو بچا لیا جاتا ہے اور کئی اس طرح ڈوب کر غائب ہو جاتے ہیں کہ دریا یا نہر سے کئی کئی دن لاشیں نہیں ملتیں۔ بعض کی لاشیں فوراً مل جاتی ہیں۔ آپ سن کر یقیناً حیران ہوں گے کہ دریاؤں کے کناروں پر جہاں لوگ چلکے اور کشتی رانی کے لیے اکٹھے ہوتے ہیں، وہاں پیشہ ور ملاح اور انھیں بھی موجود ہوتے ہیں۔ ڈوبنے والے اکثر نو جوان ہوتے ہیں جو شوخی میں آکر گہرے اور تیز پانی میں اتر جاتے ہیں۔ ان میں کوئی ڈوبنے لگتا ہے تو اس کے ساتھی یا رشتہ دار شور مچاتے ہیں۔ ایک دو ملاح دوڑے آتے ہیں اور چند سو معاوضہ بتا کر کہتے ہیں کہ پہلے ادا کرو اور پھر کے کو بچالیں گے۔

ڈوبنے کے ہر حادثے میں ایسا نہیں ہوتا اور نہ ہو سکتا ہے لیکن ملاح اور پیشہ ور تیراک جہاں موقع دیکھتے ہیں اپنا مطالبہ پیش کر کے کسی کو بچانے کے لیے نہر میں یا دریا میں اترتے ہیں۔ اگر کہیں جہوم زیادہ ہو تو وہ دریا میں اتر جاتے ہیں وہ اتریں تو جہوم میں سے دو چار آدمی ڈوبنے والے کے پیچھے کود کر اسے بچا لیتے ہیں۔ ایک مہینہ گزرا، اخباروں میں تین خبریں اکٹھی چھپی تھیں جن میں بتایا گیا تھا کہ بہت سے افراد مختلف جگہوں پر ڈوب کر مر گئے۔ میں جب بھی ایسی خبر پڑھتا ہوں تو مجھے اپنے ڈوبنے کا واقعہ یاد آ جاتا ہے لیکن لکھتے لکھتے رہ جاتا ہوں۔ یہ تین چیزیں اکٹھی چھپیں تو اپنا واقعہ لکھ ڈالا ہے۔ میرا واقعہ بہت پرانا ہو گیا ہے۔ اس وقت میں سنٹ ایئر میں تھا۔ میں اچھی طرح تیرنا نہیں جانتا تھا۔ پھر میں بھی اپنے کالج کی کشتی رانی ٹیم میں شامل ہو گیا اور تیراکی کی مشق کرنے لگا۔ دریا ان دنوں کچھ جوش میں تھا۔ ہمیں ہمارے پروفیسر صاحب نے ہدایت کر رکھی تھی کہ اول تو کشتی پانی کا زور ٹوٹنے تک چلائی ہی نہیں۔ اگر ضرور چلائی ہو تو دریا میں زیادہ آگے نہ جانا۔ میں ضرورت سے زیادہ شرارتی اور جوشیلا ہوا کرتا تھا۔ ایک روز میں تین ساتھیوں کے ساتھ کشتی چلا رہا تھا۔ ایک دوست نے دریا کے گہرے پانی میں پہنچ کر کہا جو کوئی یہاں چلا گیا لگا کر تیرتا ہوا کنارے تک پہنچ جائے وہ اسے پچاس روپے انعام دیگا۔ باقی سب تو جیکے پیٹھے رہے لیکن میں نے جوانی کے جوش کا مظاہرہ کیا اور بلا سوچے سمجھے شنی بگھارنے کے لیے کشتی سے

کے مختلف حصوں کی ماش کی اور قریباً ایک گھنٹے بعد اس نے مجھے بالکل پہلے کی طرح تازہ دم کر دیا۔ میرے والد صاحب نے نذرانے اور تشکر کے طور پر اسے پانچ سو روپے پیش کئے۔ جو آج کے پانچ ہزار روپے کے برابر ہوتے ہیں لیکن اس نے پدک کر ہاتھ باندھ دیئے اور ہم سے انتہائی کہ خدا کے لیے پیسے میرے نزدیک بھی نہ لاؤ، مجھے ان سے دہشت ہوتی ہے۔ اس کے انکار کرنے کا انداز کچھ ایسا اچانک اور بے ساختہ تھا کہ ہم حیران رہ گئے۔ اس نے کہا کہ اس نے اپنا فرض ادا کیا ہے۔

ہم نے اس سے پوچھا کہ آخر وہ کیوں پیسے لینے سے اتنا خوفزدہ ہے۔ پہلے تو وہ رکی باتوں سے مالتا رہا پھر اس نے غمگین لہجے میں یہ کہانی سنائی جو میں اپنے الفاظ میں بیان کرتا ہوں۔ اس ملاح کا ایک جوان بیٹا تھا اور دوسرے ملاحوں کی طرح اس کا بھی یہی کام تھا کہ وہ لوگوں کی مجبوری سے فائدہ اٹھاتا اور جب کبھی کسی کو بچانے کا معاملہ ہوتا تو وہ بھی مدد طلب کر نیوالے سے پہلے پیسے طلب کرتا۔ اگر کوئی بد قسمت اسے منہ مانگی رقم ادا نہ کر سکتا تو وہ اس کی مدد سے انکار کر دیتا۔ اس نے کئی ڈوبنے والوں کی لاشیں کثیر معاوضہ پیشگی وصول کر کے نکالی تھیں۔ اس ملاح کا جوان بیٹا کشتی میں مسافروں کو لے کر جایا کرتا تھا۔ ایک روز دریا میں اچانک طغیانی آگئی اور کشتی الٹ گئی۔ خدا کا کرنا دیکھئے کہ وہ لوگ جو تیراکی نہیں جانتے تھے وہ تو کسی نہ کسی طرح کنارے سے لگ گئے لیکن ملاح کا بیٹا ڈوب گیا۔ دوسرے روز اس کی لاش ملی۔

اس حادثے نے اس بوڑھے ملاح کی کمر توڑ کر رکھ دی۔ اسے بار بار یہی خیال آتا تھا کہ اس کا بیٹا بہترین تیراک اور ملاحوں کی اولاد ہونے کے باوجود کیوں ڈوب گیا؟ اس کے دل کو ایک خلش سی لگی رہتی تھی۔ ایک روز وہ یہ مسئلہ لے کر ایک بزرگ کے پاس گیا۔ جس نے اسے بتایا کہ اصل میں قدرت نے اسے اس طرح اس کے گناہوں کی سزا دی ہے اور بتایا ہے کہ اگر اللہ چاہے تو بڑے بڑے تیراکوں کو ڈوب دیتا ہے اور اگر چاہے تو تیراکی بالکل نہ جاننے والوں کو بچا لیتا ہے۔ اپنی کہانی سناتے ہوئے اس کی بوڑھی آنکھوں سے آنسو بہنے لگے۔ اس نے رندھی ہوئی آواز میں کہا ”یہ بات نہیں کہ میں یا میری بیوی اولاد کو پیدا کرنے کے قابل ہی نہیں تھے لیکن خدا نے مجھے پھر اولاد دے دی۔ مجھے کئی لوگوں نے کہا کہ دوسری شادی کر لو لیکن میں سمجھ گیا کہ قدرت کی طرف سے مجھے سزا مل رہی ہے۔ اس وقت سے آج تک میں اپنے انہی گناہوں کا کفارہ ادا کر رہا ہوں۔ میں دن رات دریا پر ہی رہتا ہوں تا کہ کسی کو بھی میری مدد کی ضرورت ہو تو میں اس کے کام آسکوں۔ مجھے اس طرح ایک سکون سا رہتا ہے اور میرا دل گواہی دیتا ہے کہ اللہ تعالیٰ میرے گناہ معاف کر دے گا“ اور وہ چلا گیا۔

ربیع الثانی کی نفلی عبادات

جو شخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ ۱۱۱ مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا۔

یہ اسلامی سال کا چوتھا مہینہ ہے اسے ربیع الآخر بھی کہا جاتا ہے۔ اس کا نام رکھتے وقت ربیع کا موسم تھا یعنی ربیع کا اخیر تھا اس لیے اس کا نام ربیع الآخر رکھا گیا مگر ربیع الاول کی مناسبت سے اس کا نام ربیع الثانی مشہور ہو گیا۔

اس مہینہ کے مشہور واقعات یہ ہیں کہ اس مہینہ کی تیسری تاریخ کو حجاج نے کعبہ اللہ پر آگ بھینگی تھی جبکہ سیدنا حضرت ابن زبیر وہاں محصور تھے۔ جس سے خانہ کعبہ جل گیا۔ اسی ماہ میں حضرت سیدنا عبدالقادر جیلانیؒ کا وصال بھی ہوا ہے۔

نفلی عبادات

اس ماہ کے نوافل حسب ذیل ہیں جو اکثر صوفیاء پڑھتے رہے ہیں۔

شب اول کے نوافل: عابدوں کا کہنا ہے کہ جب ربیع الثانی کا چاند نظر آجائے تو اس کی شب اول میں بعد نماز مغرب آٹھ رکعت نفل دو دو کی رکعت کی نیت سے پڑھے اور اس میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ کوثر تین بار اور دوسری میں سورہ کافرون تین بار پھر تیسری چوتھی، پانچویں، چھٹی، ساتویں، آٹھویں رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ اخلاص تین تین بار ہر رکعت میں پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو بے شمار نمازوں کا ثواب ملے گا۔

چار رکعت نفل: جو ہر نیکی میں ہے کہ اس مہینہ کی پہلی، پندرہویں، اثنیسویں تاریخوں میں چار رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ اخلاص پانچ بار پڑھے۔ اس کے لیے ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہزار برائیاں محصور کی جاتی ہیں۔

انجام بخیر کا وظیفہ: جو شخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ ۱۱۱ مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا۔ بعض بزرگوں کا کہنا ہے کہ اس وظیفے میں خاتمہ بالخیر کی بے حد تاثیر ہے۔ اس وظیفہ سے خاتمہ بالخیر ہوتا ہے۔ **فَاطِرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ هَ أَنْتَ وَلِيَّ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۚ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ** (بقیہ صفحہ ۱۸ پر)

گلقدن سے روزہ محسوس نہ ہوا

سحری کے وقت ایک چچ خالص گلقدن کھا لیا کرتے تھے اور اس کے بعد قریباً پانچ کلومیٹر سائیکل چلا کر ڈیوٹی پر جایا کرتے تھے۔ پڑھاتے بھی تھے اور واپس بھی گرمی میں سائیکل چلا کر گھر جاتے تھے آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

بواسیر کا پیشاب سے علاج

(مرسلہ: عبدالسمیع۔ سکر)

میرے بھائی کی عمر 30 سال کے قریب تھی اور اس کو خونی بواسیر تھی۔ ساتھ موکے بھی تھے۔ شلو اور خون سے بھری رہتی تھی۔ بڑی تکلیف اور جلن رہتی تھی۔ بواسیر سے بے حد پریشان اور کمزور ہو گیا تھا۔ ہم سب بھی اس کے لیے پریشان تھے۔ بہت علاج کرائے، آخر آپریشن تجویز ہوا لیکن ناکام۔ آپریشن والے لوگوں کو دیکھ کر ہم گھبرا گئے۔ ایک دن اسی پریشانی میں تھے کہ کھجور منڈی خیر پور میر میں ایک شخص سے یہ بات ہوئی تو اس نے کہا مایوس نہ ہوں میں خود مرلیض تھا۔ مجھے بھی یہی تکلیف تھی۔ مجھے کسی نے بتایا کہ ڈاکٹر کے پاس آپریشن کرا لوں۔ میں آپریشن کے لیے تھمیر گیا لیکن وہاں سے بھاگ آیا۔ کسی نے مجھے بتایا کہ اپنا پیشاب کسی برتن میں یا بوتل میں رکھ لیں۔ پاخانہ کر کے پہلے استنجا اپنے پیشاب سے کریں۔ پھر 10 منٹ کے بعد پانی سے طہارت کریں۔ اسی طرح سے تین دن کرنے کو کہا۔ میں نے 10-15 دن کیا اور بالکل ٹھیک ہو گیا۔ ہم نے بھی بھائی پر یہی ٹونکہ آزمایا اور شفا حاصل کی۔ آج 7 سال ہو گئے پھر کبھی یہ تکلیف نہ ہوئی۔ بواسیر کے لیے آزمودہ نسخہ ہے۔ میں نے یہ طریقہ اور بہت سے لوگوں کو بتایا اور انہوں نے آزمایا اور تندرست ہو گئے۔

(بقیہ: خواتین پوچھتی ہیں؟)

(جنوبی یازتوں) دو چمچے، سرسوں کے ج ۲ دو چمچے ان سب کو ملا کر ہار یک ہیں لیں اور تیل ملا کر بوتل میں رکھ لیں تھوڑے سے سفوف میں پانی ملا کر گاڑھا گاڑھالیپ تیار کریں اور منہ پر اچھی طرح لگا لیں۔ دس پندرہ منٹ بعد ہاتھ سمیٹے کر کے بائیں کی طرح خوب لیں اور اتار کر منہ دھولیں۔ پختے میں دو تین بار ایک لیوں کے رس میں تھوڑا سا دودھ یا بالائی ملا کر چہرے پر لیں۔ پانچ منٹ بعد منہ دھولیں۔ صبح نہار منہ ایک لیوں کا رس ایک گلاس پانی میں ملا لیں اور ایک چمچ شہد ڈال کر پیا کریں۔ بیس منٹ دھو پا کریں۔ اس سے پکائی جلد ٹھیک ہو جاتی ہے۔ سبزیاں، سلاوا پنی غذا میں شامل کریں۔

مکرمی! آپ کا یہ رسالہ بفضل خدا خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔ آپ کی ترغیب پر چند واقعات و مشاہدات تحریر کر رہا ہوں جس سے یقیناً لوگوں کو فائدہ ہوگا۔

یہ 1999ء کی بات ہے جب میں ملتان کے ایک سکول میں ساتویں کلاس میں پڑھتا تھا۔ ہمارے ایک استاد ذوالفقار علی صاحب جو کہ ویسے تو ڈرائنگ کے استاد تھے لیکن ہمیں اسلامیات پڑھایا کرتے تھے۔ ہماری کلاس میں ایک لڑکا پڑھتا تھا جو کہ کلاس کا مانیٹر بھی تھا۔ اس کے والد حکیم تھے اور ان کا اپنا دوا خانہ تھا۔ جب یہ بات ہمارے استاد محترم ذوالفقار صاحب کو پتہ چلی تو انہوں نے اس لڑکے کو بلایا اور اسے اگلے دن آدھا کلو گلقدن لانے کو کہا لیکن تاکید کر دی کہ گلقدن خالص ہو اسی لیے تم سے منگو رہا ہوں کیونکہ تم لوگ خود بناتے ہو۔ اگلے دن وہ لڑکا گلقدن لے آیا۔ ذوالفقار صاحب نے اس کی قیمت پوچھی لیکن لڑکے نے لینے سے انکار کر دیا۔ استاد محترم کے اصرار پر اس نے غالباً 30 روپے لیے۔ اس کے بعد استاد محترم نے بتایا کہ جب رمضان المبارک گرمیوں میں آتا تھا تو وہ سحری کے وقت ایک چمچ خالص گلقدن کھا لیا کرتے تھے اور اس کے بعد قریباً پانچ کلومیٹر سائیکل چلا کر گرمی میں ڈیوٹی پر جایا کرتے تھے۔ پڑھاتے بھی تھے اور واپس بھی گرمی میں سائیکل چلا کر گھر جاتے تھے۔ آنے جانے کا دس کلومیٹر فاصلہ طے کرنے اور پڑھانے کے باوجود اتنی شدید گرمی میں انہیں پیاس محسوس نہیں ہوتی تھی۔

ایک دو باتیں اور ذہن میں آ رہی ہیں جب کبھی میرا گلا خراب ہوتا تھا یا کھانسی ہوتی تھی تو والد صاحب نے ایک ٹونکہ بتایا ہے کہ مصری کے کٹڑے کو منہ میں رکھ کر چوستے رہا کر داس سے فرق پڑے گا۔ یہ واقعی آزمودہ ہے اور گلا صاف ہو جاتا ہے۔ ہماری ایک استانی تھیں انہوں نے ایک مرتبہ باتوں باتوں میں بتایا کہ اگر کسی کا قند نہ بڑھ رہا ہو تو وہ صبح سویرے اٹھ کر لٹکے اور لٹکے کے بعد ایک گلاس دودھ کا پی لے تو قند بڑھ جائے گا۔ (تحریر: محمد شہزاد مجذوبی۔ کراچی)

دوسروں کو حقیر سمجھنے کا انجام

سچے انسانوں کو ہم نے حقیر سمجھ لیا، صرف اس لیے کہ ان کے آس پاس ہم کو دنیا کی رونقیں نظر نہ آئیں (تحریر: مولانا وحید الدین)

زندگی نام ہے ناخوش گوار یوں کو خوش گواہی کے ساتھ قبول کرنے کا۔ تھیوڈور روز ویٹ (Theodore Roosevelt) نے اسی بات کو ان الفاظ میں کہا کہ زندگی کا سامنا کرنے کا سب سے زیادہ ناقص طریقہ یہ ہے کہ حقارت کے ساتھ اس کا سامنا کیا جائے: (The Poorest Way To Face Life is To Face It With a Sneer) اصل یہ ہے کہ اس دنیا میں کوئی شخص اکیلا نہیں۔ بلکہ اس کے ساتھ دوسرے بہت سے لوگ بھی یہاں زندگی کا موقع پائے ہوئے ہیں۔ اللہ تعالیٰ اپنے منصوبہ کے تحت ہر ایک کو اس کا سامنا حیات دے رہا ہے۔ کسی کو ایک چیز، کسی کو دوسری چیز اور کسی کو تیسری چیز۔ ایسی حالت میں آدمی اگر دوسروں کو حقیر یا کم سمجھ لے تو وہ حقیقت پسندانہ نظر سے محروم ہو جائے گا۔ وہ نہ اپنے بارے میں صحیح رائے قائم کر سکے گا اور دوسروں کے بارے میں۔ تاریخ انسانی میں جو سب سے بڑا جرم کیا گیا ہے وہ عدم اعتراف ہے۔ تاریخ کے ہر دور میں خدا کے نیک بندے حق کا پیغام لے کر اٹھے، انہوں نے لوگوں کو سچائی کی طرف بلا یا۔ مگر ہمیشہ ایسا ہوا کہ ان کے مخالفین کی اکثریت نے ان کو نظر انداز کر دیا۔ اس کی سب سے بڑی وجہ یہی تھی کہ انہوں نے ان سچے انسانوں کو حقیر سمجھ لیا، صرف اس لیے کہ ان کے آس پاس انہیں دنیا کی رونقیں نظر نہ آئیں، وہ ان کو تختِ عظمت پر بیٹھے ہوئے دکھائی نہیں دیتے۔ انہوں نے کہا کہ ہم ایک چھوٹے آدمی کے سامنے کیوں اپنے آپ کو جھکا نہیں۔ یہی معاملہ قوی رویہ کا بھی ہے۔ اگر ہم ایک قوم کو حقیر سمجھ لیں تو اس کے بارے میں ہمارا پورا رویہ غلط ہو کر رہ جائے گا۔ ہم اس قوم کی اچھائیوں کو بھی برائی کے روپ میں دیکھنے لگیں گے، ہم اس قوم کی طاقت کا غلط اندازہ کریں گے اور اس سے ایسے مواقع پر غیر ضروری طور پر لڑ جائیں گے جہاں بہترین عقل مندی یہ تھی کہ اس سے اعراض کیا جائے۔ دوسروں کو بھی کم سمجھنا یا اعتبار نتیجہِ خود اپنے آپ کو کم سمجھنا ہے۔ دوسروں کو حقیر سمجھنے کا آخری انجام صرف یہ ہے کہ آدمی خود دوسروں کی نظر میں حقیر ہو کر رہ جائے۔

آسیب کے خاتمے کے لیے مرگی اور بے ہوشی سے نجات ہاٹھ کے لیے اکسیر

قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آج کے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جانیے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزمائے خود کشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ملی خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

کالی دنیا کا لے عامل اور اذلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال

ہر مرض سے شفا کے لیے

”وَبِالْحَقِّ أَنْزَلْنَاهُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ ط سات مرتبہ کسی مریض پر اس آیت کا پڑھ کر دم کرنا حکمِ الہی سے شفا دیتا ہے۔ (سورۃ بنی اسرائیل آیت نمبر 105) فائدہ: سورۃ بنی اسرائیل کا تین مرتبہ روزانہ پڑھنا دو جہاں کی ترقی و ترقی، سارے جہاں کی مشکلیں حل کرنے کے لیے نہایت مجرب اور مفید ہے۔

آسیب کے خاتمے کے لیے

اگر عورت یا مرد پر آسیب کا اثر ہو اور واقعی کسی شخص پر جن یا بھوت پریت آتا ہو تو تین مرتبہ (سورۃ کہف کی آیت نمبر 47، 48، 49) کا مریض پر پڑھ کر دم کرنا اور تین بار کسی کاغذ پر لکھ کر مریض کو دکھانا نہایت مفید اور مجرب ہے آیتیں یہ ہیں۔

”وَيَوْمَ نُسَيِّرُ الْجِبَالَ وَتَرَى الْأَرْضَ بَارِزَةً وَحَشَرْنَاهُمْ فَلَمْ نُغَادِرْ مِنْهُمْ أَحَدًا وَغَرَضُوا عَلَيَّ رَبِّكَ صَفًا لَقَدْ جِئْتُمُونَا كَمَا خَلَقْنَاهُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ بَلْ زَعَمْتُمْ أَلَّنْ لَنَجْعَلَ لَكُمْ مَوْعِدًا وَوَضِعَ الْكِتَابَ فِي فَرْجِ الْمُبْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يُسْأَلُنَا مَا لِهَذَا الْكِتَابِ لَا يَغَادِرُ صَافِرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظُنُّ رَبُّكَ أَحَدًا

حافظہ کے لیے اکسیر

(سورۃ مریم کی آیت نمبر 12، 13، 14، 15) لکھ کر بچے کے گلے میں تھوپر بنا کر ڈالنا اور ہر مہینہ میں تین روز چینی کی طشتی پر لکھ کر پلانا، بچے کو والدین کی نافرمانی سے اور خود بچے کے لیے بھی تمام آلتوں سے بچانے اور ذہن اور حافظہ زیادہ کرنے کے لیے بڑا اکسیر کا حکم رکھتا ہے آیتیں یہ ہیں۔

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝ يٰحُمُّ خُلْدٍ الْكِتَابَ بِقُوَّةٍ ۝ وَاتَّبَعَهُ الْحَكَمُ صَبِيًا ۝ وَوَحَنَّا نَا مِنْ لَدُنَّا وَزَكُوَّةً ۝ وَكَانَ تَقِيًّا ۝ وَبَرَّ اَبُو الْيَدِيهِ وَلَمْ يُكُنْ جَبَّارًا عَصِيًّا ۝ وَسَلَّمْ عَلَيْهِ يَوْمَ وُلِدَ وَيَوْمَ يَمُوتُ وَيَوْمَ يُعْتَقُ حَيًّا ۝

میرا علاج نہ کیا تو خودکشی کر لوں گا

قارئین زیر نظر تحقیق مثبت ذہن کے ساتھ شائع کی جا رہی ہے۔ لڑکے، لڑکیاں اور والدین بھی ضرور پڑھیں کیونکہ یہ تحریر وقت، معاشرہ اور اخلاق کی اشد ضرورت ہے

روحانی وجہی قوت کی کمی:

نو جوان ذہنی طور پر مغلوب ہو گئے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ان نو جوانوں کو اپنے ماں باپ کا سہارا ہی نہیں بننا بلکہ ملک و ملت کی تعمیر و ترقی، بھا اور دفاع کی ذمہ داری بھی انہیں ہی سنبھانی ہیں۔ اسلام ایسے دور میں داخل ہو گیا ہے جہاں اسے تاریخ کے سب سے بڑے خطرے کا سامنا ہے۔ مگر ہمارے نو جوان جسمانی اور روحانی لحاظ سے اتنے طاقتور نہیں کہ غیر مسلم قوتوں کا مقابلہ کر سکیں۔ جسمانی اور روحانی قوت کی جتنی ضرورت آج ہے، وہ اس سے پہلے بھی پیش نہیں آئی تھی۔

نفسیاتی خلفشار اور جذباتی گھٹن کی زیادتی:

پاکستان اور اسلام کو اس عظیم خطرے سے بچانے والے بوڑھے نہیں نو جوان ہوں گے۔ شیع رسالت ﷺ کو نو جوان ہی اپنے لبو سے روشن رکھیں گے۔ حق کی آواز کو مسجد کے لاؤڈ سپیکر نہیں بلکہ یہ نو جوان بلند کریں گے اور رسول اکرم ﷺ کی سنتوں کو یہی نو جوان زندہ رکھیں گے، مگر جب ہم ان خطوط کو پڑھتے ہیں جو نو جوان ہمیں لکھ رہے ہیں تو دل پر ہیبت طاری ہو جاتی ہے کہ ان نو جوانوں کے اندر جو خالد بن ولیدؓ، صلاح الدین ایوبیؓ، محمد بن قاسمؓ اور محمود الدین غزنویؓ ہیں، وہ نفسیاتی خلفشار اور جذباتی گھٹن کا شکار ہو کر دماغی اور جسمانی لحاظ سے معذور ہو گئے ہیں اور مجمع لگانے والے حکیم، دکانوں میں بیٹھے ہوئے نیم حکیم ان نو جوانوں کی مرادگی کو دہشت ناک الفاظ، فریب کارانہ باتوں اور خالص انیون کی گولیوں سے جنہیں انہوں نے مجرب نسخوں کا نام دے رکھا ہے، بیمار اور دیکھ خورہ بنا رہے ہیں۔ ہم اخباروں میں خودکشی کی اس قسم کی خبریں پڑھتے رہتے ہیں کہ ایک آدمی نے گھریلو جھگڑوں سے تنگ آ کر خودکشی کر لی ہے۔ یہ صرف ہم لوگ جانتے ہیں کہ اصل گھریلو جھگڑا کیا تھا۔ اسے نہ مرنے والا بیان کرتا ہے نہ مرنے والے کی بیوہ زبان پر لاتی ہے۔ طب اور نفسیات کے ڈاکٹر معاشرے کے راز دان ہیں۔ ہمارے

پاس خاندان بھی آتے ہیں اور بیویاں بھی۔ باپ بھی اور ان کے جوان بیٹے بھی، مائیں بھی اور ان کی بیٹیاں بھی، اور یہ سارے مریض ہمیں ہمدرد اور ہمدردی سے کھڑے کر کے سارے ہی راز اور الجھنیں ہمارے حوالے کر دیتے ہیں۔ ہم آج انہی رازوں اور الجھنوں کی روشنی میں بات کر رہے ہیں۔

ماہنامہ معقری پر اعتماد:

”ماہنامہ معقری“ میں روحانی، طبی اور نفسیاتی آرٹیکل شائع ہونے کے بعد نو جوانوں نے بھی ہمیں اپنا ہمدرد اور ہمدرد بنایا ہے اور یہاں تک لکھ دیا ہے۔ ”اگر آپ نے بھی میرا علاج نہ کیا تو میں خودکشی کر لوں گا۔“ تو ہم پر فرض عائد ہوتا ہے کہ ہم کئی لپٹی رکھے بغیر تو ہم کو ایسی تباہی سے بچائیں جس سے نہ والدین بچوں کو آگاہ کرتے ہیں نہ بچے والدین کو مدد کے لیے پکار سکتے ہیں اور تباہ ہونے والے چپ چاپ تباہ ہو رہے ہیں یا نیم حکیموں اور فریب کار معالجوں کے ہاتھوں لٹ رہے ہیں۔ اگر ہم یہ فرض ادا نہیں کرتے تو ہم سچا نہیں مجرم ہیں۔ ہم شرم و حجاب کو الگ رکھ کر زندگی سے منہ موڑنے والے نو جوانوں اور ان کے والدین کو یقین دلاتے ہیں کہ یہ کوئی سنگین مسئلہ نہیں جس سے گھبرا کر تو کم کا کوئی نو جوان ہزاروں خواہشوں، سیکڑوں عزائم اور آرزوئیں دل میں لیے اس دنیا سے ہی اٹھ جائے۔ ہم طب، نفسیات اور فلسفے کی تکنیکی اصطلاحوں پر بات نہیں کریں گے ورنہ بات عام فہم نہ ہونے کی وجہ سے الجھ جائے گی۔ ہمارا مقصد علمیت کا اظہار نہیں بلکہ ایک عام ذہن کے قاری کو اصل مسئلہ ذہن نشین کرانا ہے۔

نئی پودکا اصل مرض جنسی ہیجان ہے:

یعنی تنہائی میں اپنے جسم سے اپنے ہاتھوں سے جنسی ہیجان پیدا کرنا یہ عادت لڑکوں میں بھی ہوتی ہے اور لڑکیوں میں بھی۔ اگر کوئی ماں باپ یہ کہہ کر مطمئن ہو جائیں کہ ہمارا بچہ اس قباحت کا عادی نہیں تو وہ ایک خوفناک خود فریبی میں مبتلا ہیں۔ طب اور نفسیات کے ماہرین کی یہ رپورٹ اور تجزیہ

غلط نہیں کہ ننانوے فی صد نو جوان ”جنسی ہیجان“ سے لطف اندوز ہوتے ہیں اور باقی ایک فی صد وہ ہیں جو جھوٹ بولتے ہیں۔ ہم والدین کو خوفزدہ نہیں کرنا چاہتے۔ یہ حرکت اسی صورت میں تباہی کا باعث بنتی ہے جب کوئی بچہ اس کا عادی ہو جائے اور جب اس کی تمام تر توجہ اسی عادت پر مرکوز رہتی ہے۔ خوفزدہ ہونے یا گھبراہٹ کے کوئی بات نہیں۔ ہم آپ کو چند ایک ایسے طریقے بتائیں گے جن پر آپ نے یا آپ کے بچوں نے عمل کیا تو جنسی ہیجان سے نجات حاصل کرنا کوئی مشکل نہیں ہوگا۔ یہ مسئلہ کوئی ایسا لمبا حائل نہیں کہ والدین سر پکڑ کر بیٹھ جائیں یا کوئی نو جوان خودکشی کر لے۔ سب سے پہلے اس عادت کی تحریک اور پس منظر کو ذہن نشین کر لیں پھر اس کا انسداد آسان ہو جائے گا۔ (جاری ہے)

صرف تجربہ کار پڑھیں

آپ کی تحریروں کا انتظار ہے۔ خاص نمبر کی تیاری زور و شور سے جاری ہے یقیناً آپ کے پاس وقت نہیں لیکن بے ربط تحریر جو کسی واقعے، تجربے، نکتے اور روحانی وظیفہ پر مشتمل ہو یقیناً آپ کے لیے صدیوں صدقہ جاریہ بنے گی۔ دریکسی قلم اٹھائیں۔ وہ اس لیے کہ روزانہ وصول ہونے والے ہزاروں پیغامات، خطوط، ٹیلی فون، موبائل اور بلاشبہ ملاقات کی شکل میں، ان میں ہر شخص قارئین کی بھیجی ہوئی تحریروں کی تعریف کرتا ہے۔ ان کا شکریہ ادا کرتا ہے۔ بلکہ بعض تو ان قارئین کے فون یا پتے پر یافت کرتے ہیں تاکہ ہم ان کا خود شکریہ ادا کریں کہ جو چیز آپ کے لیے اہم تھی یا غیر اہم۔ وہ ہمارے لیے جہاں بخشی کا ذریعہ بن گئی۔ قارئین آپ ضرور توجہ فرمائیں۔ ہم ہر پل آپ کے تجربات و مشاہدات کے منتظر ہیں گے۔ انتظار، انتظار.....

نفسیاتی تہوہ (ہر موسم اور ہر عمر میں یکساں مفید)

صدیوں سے آزمودہ یہ تہوہ پرانی اور لا علاج کھانسی، الرمی، ریشہ، بلغم، دمہ، ناک بہنا، دماغی دباؤ بوجھ اور جکڑن کے لیے سالہا سال سے آزمودہ ہے۔ پرانا دمہ، پرانا نزلہ، دائمی زکام اور ریشہ بچوں بڑوں کے لیے جس موسم میں ہوتا ہے لا جواب ہے۔ بد ذائقہ نہیں، بہترین فوائد رکھتا ہے۔ جن لوگوں کو بلغم الرمی اور کھانسی زکام نے عاجز کر دیا ہو وہ اسے مستقل کچھ عرصہ استعمال کریں۔ مزے کی بات یہ ہے کہ بے خوابی، نیند کی کمی، دماغی خشکی، معدے کی تیزابیت، جلن کے لیے لا جواب چیز ہے۔ مزہ دماغی کمزوری یا داشت کی کمی اور نگاہ کی کمی لا زوال فائدہ دیتا ہے۔ اگر شفا و جہت سیرپ بلور ٹھنڈے سے استعمال کریں تو فوائد میں چار خاندانگ جائیں گے ورنہ یہ غیر سیرپ کے بھی آگیا لا جواب فوائد رکھتا ہے۔ **تورکیب**:- ڈیڑھ کپ پانی میں چوتھی چمچ جاتے وال ڈال کر ابالیں جب ایک کپ پانی بچے تو جھانک بکھا بیٹھلا میں یا نہ ملائیں چسکی چسکی پیئیں دن میں 3 سے 4 بار۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہو۔ (امدادی)

چہرے پر دانے

میری عمر انیس سال ہے۔ دو سال سے چہرے پر دانے نکل رہے ہیں۔ ان دانوں کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں۔ مجھے کوئی ٹونک دینا چاہیے۔ (شائلہ خان۔ ڈیرہ اسماعیل خان)

☆ آپ تلی ہوئی چیزیں زیادہ نہ کھائیے۔ چکنی چیزوں سے دانے زیادہ نکلتے ہیں۔ بیسن کے ساتھ منہ دھویا کیجئے۔ گل منڈی خرید لیجئے۔ گول گول پھولوں کی شکل میں ہوتی ہے۔ رات کو سترہ منڈیاں ایک گلاس پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح ان کو ہاتھ سے مل اور چھان کر ایک چمچ شہد ملا کر پی لیا کیجئے۔ اس سے خون صاف ہوگا، دانے نہیں نکلیں گے۔

دلن والیسی بے پیٹ کی خرابی

ہم لوگ وطن سے باہر رہتے ہیں تو صحت ٹھیک رہتی ہے۔ پاکستان آتے ہی پیٹ کی خرابی کا مسئلہ پیدا ہو جاتا ہے۔ گھر والے اور عزیز واقارب اچھے اچھے کھانے بناتے ہیں جن کو ہم جی بھر کر نہیں کھا سکتے۔ اور جب معدہ ٹھیک ہونے لگتا ہے تو ہماری چھٹی ختم ہو جاتی ہے۔ ایک صاحب نے مشورہ دیا ہے کہ پاکستان جاتے ہی سوئے کے بیجوں کا ابلا ہوا پانی پی لو پھر معدہ صحیح رہے گا۔ (نسب بی بی۔ دہلی)

☆ نسب بی بی! آپ کا خط مجھے اب ملا ہے اور آپ تجربہ میں پاکستان آکر واپس دہلی جا چکی ہوں گے۔ آپ یوگا کرتی ہیں۔ بہت اچھی بات ہے۔ اس سے بہت فائدہ ہوگا۔ آپ نے معدے کی بات کی ہے۔ وطن آتے ہی ٹیسٹ غذا کا بوجھ اس پر لا دیا جاتا ہے۔ تورمہ، گوشت، بریانی، کباب، سمو سے اور اس نوع کی دیگر بوجھل غذائیں پیٹ میں جاتی ہیں، اس میں اگر تھوڑی سی احتیاط کر لی جائے تو آپ کا پیٹ ٹھیک رہ سکتا ہے۔ پرائیٹ، نان، نہاری، حلیم، پائے وغیرہ آتے ہی نہ کھانا شروع کریں۔ ایک کھانا ہضم ہونے کے بعد دوسری دفعہ کھائیں۔ آپ ابلا ہوا، مقطر اور معدنی پانی استعمال کریں۔ اس سے آپ پچاس فی صد صحت مند رہیں گی۔ کھانا ضرور کھائیے مگر اعتدال سے، بھوک رکھ کر۔ تھوڑی سی کچی اور ک سالن میں ضرور ڈال لیجئے۔ آپ دوبارہ پاکستان آئیں تو ضرور بتائیے گا، آپ کو کچھ ادویات بھجواؤں

گا ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

کیکر کا کوئلہ

کیکر کا کوئلہ کیسے بنتا ہے اور اسے پینا کس طرح ہے؟ امید ہے آپ ضرور بتائیں گے۔ (منصورہ بیگم۔ بہاولنگر)

☆ محترمہ لکڑی کی ٹال سے کیکر کا کوئلہ لیجئے۔ اگر خود بنانا چاہیں تو کیکر کی لکڑی جلائیں اور جب وہ سرخ ہو جائے تو اسے پانی کا چینٹا دے کر بھجادیجئے اور کوئلے رکھ لیجئے۔ کیکر کا کوئلہ تیار ہے محفوظ کر لیں۔ کوئلے سل بنے پر یا دون دسے میں پیس سکتے ہیں۔ انہیں باریک پینا ہے تاکہ دانتوں پر آسانی سے ملا جاسکے۔ آپ کیکر یا جاسن کی تازہ مسواک بھی کر سکتے ہیں اس سے دانت صاف ہو جائیں گے۔

برف کے فائدے

میں تمام دن برف کھاتی ہوں کسی سے سنا ہے نقصان دہ ہے۔ آپ مجھے برف کے بارے میں بتائیے فائدہ مند ہے یا نقصان دہ ہے۔ (عروسہ سعدیہ۔۔۔۔۔ ساہیوال)

☆ عروسہ بی بی! برف کا فائدہ یہی ہے کہ آپ شہنشاہ پانی پی لیں یا شربت بات میں ڈال کر لطف اندوز ہوں۔ جہاں تک ہر وقت برف چبانے کا مسئلہ ہے وہ ٹھیک نہیں۔ ہر بات کی زیادتی نقصان دہ ہوتی ہے۔ دانت خراب ہوں گے۔ معدہ کمزور ہوگا۔ آپ کو شاید معلوم نہیں چین میں گرم پانی پیا جاتا ہے۔ ان لوگوں کی صحت کتنی اچھی ہوتی ہے چخت رہتے ہیں اور بیمار بھی نہیں ہوتے۔ آپ اپنی اس عادت پر قابو پائیے۔ برف چبا کر گرم گرم کھانا کھائیں تو اس سے آپ کے دانتوں پر برا اثر پڑے گا۔ اپنے معدے اور دانتوں پر رحم کھائیے۔ برف کھانا چھوڑ دیجئے ورنہ نقصان ہوگا۔

ایک اہم مسئلہ

سعدیہ بیٹی نے جب سے ہوش سنبھالا ہے۔ والدین کو سرد جنگ میں ہمدن مصروف دیکھا ہے جس کی وجہ سے دونوں ہمیش اور بھائی متاثر ہیں۔

☆ سعدیہ بی بی! گھریلو ماحول خوشگوار نہ ہو تو انسان

اکثر و بیشتر بھگ جاتا ہے۔ پیار کی تلاش میں دھوکا کھاتا ہے۔ والدین کو چاہیے اپنے مسائل علیحدگی میں حل کریں۔ بچوں کے سامنے شور شراب نہ کریں، مگر ہمارے معاشرے میں مرد اپنے آپ کو برتر جان کر بیوی کے ساتھ ناروا سلوک کرتا ہے جس کا اثر لا محالہ بچوں پر ہوتا ہے۔ عورت کی غلطی بھی ہوتی ہے مگر مرد کو چاہیے وہ اسے درگزر کرتے ہوئے محبت پیار سے سارے مسئلے حل کر لے۔ اب آپ کو محلے کے لڑکے نے پیغام دیا۔ آپ کی غلطی تھی کہ آپ اس سے علیحدگی میں ملتی رہیں۔ ایک باریک غلطی کو غلطی کہا جاسکتا ہے۔ مگر اس سے بار بار ملنا صحیح نہ تھا۔ اب وہ لڑکا آپ سے دوسری شادی کرتا چاہتا ہے۔ کیا آپ کو یقین ہے کہ وہ آپ کے ساتھ اچھی طرح نباہ کر لے گا اور آپ اس کی پہلی بیوی کے حقوق کا دھیان رکھ سکیں گی۔ بات یہ ہے کہ آپ ڈاکٹر بنا چاہتی ہیں اس کے لیے آپ کو سخت درکار ہے ابھی ساری زندگی آپ کے سامنے ہے آپ ساری باتوں کو فراموش کر کے تعلیم پر توجہ دیجئے۔ آپ ڈاکٹر بن جائیں گی تو والدین بھی خوش ہوں گے۔ والدین کو سرد جنگ میں مصروف رہنے دیجئے۔ انا کی جنگ وہ آخر تک لڑتے رہیں گے۔ آپ اپنی پڑھائی میں خوب محنت کریں۔ عشق کا بھوت کم ہو جائے گا۔ آپ خود دیکھیں گی چند برسوں بعد آپ میں کتنا فرق آئے گا۔ ہو سکتا ہے آپ کا ہونے والا شوہر اس لڑکے سے کہیں زیادہ اچھا ہو۔ اللہ تعالیٰ بہتر کرے گا وہ بڑا کارساز ہے۔

گورارنگ

میرے سامنے تین خط ہیں۔ تینوں بچیاں کالی ہیں اور کالے رنگ کی وجہ سے احساس کمتری میں مبتلا ہیں۔ شادی کا مسئلہ ہے، جو رشتہ آتا ہے وہ کالی رنگت دیکھ کر انکار کر دیتے ہیں۔ یہ بچیاں پوچھتی ہیں کہ ہمارا قصور کیا ہے؟ کیا ہماری شادی کبھی نہیں ہوگی؟ رنگ گورا کرنے کے لیے کوئی ٹونک بتائیے۔

☆ یہ بچیاں خواہواہ احساس کمتری کا شکار ہیں۔ کئی گوری لڑکیاں ایسی ہیں جن کی شادی نہیں ہوئی۔ یہ سب مقدر کے کھیل ہیں جوڑے تو آسمان پر بننے ہیں۔ انہیں چاہیے ایک پاؤں سور کی دال لیکر اسے ایک گلاس دودھ میں رات کو بھگو دیں اور صبح اسے کسی ٹرے میں پھیلا کر دو تین دن کے لیے رکھ دیں۔ دال خشک ہو جائے تو اسے باریک پس لیں۔ اس میں دو چمچے پیسی ہوئی ہلدی، دو چمچے سوڈا ہائی کارب، سوکھے ہوئے گلاب کے دو پھول، بادام چھلے ہوئے دس عدد، خشخاش دو چمچے، کوئی سائیل (بقیہ صفحہ نمبر 9 پر)

طشت، شہد اور بال

عورت کا غیر محرم کی نگاہ سے اپنے آپ کو بچانا بال سے بھی زیادہ باریک ہے

(تحریر: ابو العرفان قاری محمد یوسف سبحانی۔ میلی)

اللہ تعالیٰ نے فرمایا شہد میں انسانوں کے لیے شفا ہے۔ حضرت محمد ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص ہر مہینہ میں تین بار شہد استعمال کرے اللہ تعالیٰ اسے بڑی مہلک امراض سے بچائے گا۔ ایک مرتبہ آپ ﷺ حضرت ابو بکر صدیقؓ، حضرت عمر فاروقؓ، حضرت عثمان ذوالنورینؓ کے ساتھ حضرت علی المرتضیٰؓ کے گھر تشریف لے آئے تو خاتون جنت نے گھر میں موجود شہد کو ایک طشت میں ڈال کر مہمانوں کے لیے پیش فرمایا۔ آپ ﷺ نے دیکھا طشت میں شہد اور شہد میں بال ہے آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا اس میں اسرار و رموز ہیں، آپ لوگ بیان کریں۔

صدیق اکبرؓ بولے مومن کا ایمان اس طشت سے زیادہ روشن ہے اور ایمان کی لذت شہد سے زیادہ شیریں اور ایمان تادم آخر لے جانا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ فاروق اعظمؓ بولے بادشاہت اس طشت سے زیادہ روشن ہے حکم چلانا شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور انصاف کا خیال رکھنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ عثمان ذوالنورینؓ بولے علم طشت سے زیادہ روشن ہے اور علم کا حصول شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور علم پر عمل کرنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ علی المرتضیٰؓ بولے یہ مہمان طشت سے زیادہ روشن ہیں اور مہمانوں کی خدمت شہد سے زیادہ مرغوب ہے مہمان کی دلنوازی کا خیال رکھنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔

خاتون جنتؓ بولیں عورت کا حیا اس طشت سے زیادہ روشن ہے اور چہرے کا نقاب شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور عورت کا نگاہ غیر محرم سے اپنے آپ کو بچانا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا معرفت الہی طشت سے زیادہ روشن ہے اور معرفت الہی کو دل میں اتار لینا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ جبریل علیہ السلام بولے راہ خدا طشت سے زیادہ روشن ہے اور راہ خدا میں شہادت شہد سے زیادہ مرغوب ہے اور شہادت میں رضا الہی کا خیال کرنا بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا جنت طشت سے زیادہ روشن ہے اور جنت کی نعمتیں شہد سے بھی زیادہ شیریں ہیں اور جنت کو جانے والا راستہ بال سے بھی زیادہ باریک ہے۔

(انتخاب نظام اور خوشاب)

ٹیلی فون ریسپوریکٹر نے کا غلط انداز

صرف برطانیہ میں موبائل فون استعمال کرنے والوں کی تعداد سترہ ملین سے زیادہ ہے اور وہاں ہر چار سیکنڈ کے بعد ایک ٹیلی فون (موبائل) فروخت ہو رہا ہے۔ اب تک وہاں لاکھوں لوگ ٹیلی فونائٹس میں مبتلا ہو چکے ہوں گے یہ منظر دفتروں میں عام طور سے دیکھا جاسکتا ہے کہ ہاتھوں سے کوئی اور کام ہو رہا ہے اور ٹیلی فون کارڈ سوار گردن اور شانے کے درمیان پکڑ کر کسی سے گفتگو ہو رہی ہے۔ تاہم ہاشمی علاج کے ماہرین اور معالجین یہ کہتے ہیں کہ ٹیلی فون ریسپوریکٹر اس طرح پکڑنے اور بے فکری کی باتیں کرنے سے ہمیں جسمانی طور پر شدید نقصان بھی پہنچ سکتا ہے۔ انہوں نے اس طرح پہنچنے والی چوٹ یا تکلیف کو ٹیلی فونائٹس (Telephonitis) کا نام دیا ہے۔

ماہرین کا خیال ہے کہ گردن اور شانے کے درمیان میں فون دبانے سے ریڑھ اور بالائی شانے کی نازک ہڈیوں کو ضرر پہنچ سکتا ہے، یہاں تک کہ ایک شانہ دوسرے سے اونچا بھی ہو جاتا ہے۔ سرے یونیورسٹی (برطانیہ) کے سائنس دانوں کے مطابق اس طرح ریسپوریکٹر سے موبائل فون یا عام ٹیلی فون دونوں استعمال کرنے والوں کو خطرہ ہے، لیکن چون کہ چھوٹے اور پتے موبائل فون کا استعمال اب بڑھتا جا رہا ہے لہذا انہیں قابو میں رکھنے کے لیے شانے کو اور بھی اونچا کرنا پڑتا ہے تاکہ ہمارے دونوں ہاتھ دوسرے کاموں یا کمپیوٹر پر کام کرنے کے لیے خالی رہیں اس طرح اب زیادہ لوگوں کو گردن میں درد اور پٹھے اکڑنے کی شکایت ہونے لگی ہے۔

اندازہ یہ ہے کہ صرف برطانیہ میں موبائل فون استعمال کرنے والوں کی تعداد سترہ ملین سے زیادہ ہے اور وہاں ہر چار سیکنڈ کے بعد ایک ٹیلی فون (موبائل) فروخت ہو رہا ہے، لہذا ماہرین کا خیال ہے کہ اب تک وہاں لاکھوں لوگ ٹیلی فونائٹس میں مبتلا ہو چکے ہوں گے۔

ایک تحقیقی مطالعے میں ایک ۳۶ سالہ خاتون کا ذکر ہے جو کپڑوں پر استری کے دوران آدھے آدھے سمٹنے تک فون کو اپنی گردن اور شانے کے درمیان پکڑے رہتی تھی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اس کی گردن کی شریانیں بند ہونے لگیں اور اسے فالج کا خطرہ لاحق ہو گیا۔ ایک صاحب کو اسی عادت کی وجہ سے ایک بار اپنے سیدھے ہاتھ میں تکلیف محسوس ہوئی اور ایک ماہ تک وہ اس ہاتھ سے کام نہ کر سکے کیوں کہ ان کے کسی عصب

پرانی وضع کے ٹیلی فون خاصے بڑے اور بھاری ہوتے تھے، لہذا شانے کو اتنا اچکا نہ پڑتا تھا جتنا کہ آج کل کے ہلکے اور چھوٹے فون کے لیے اچکا نہ نہیں پڑتا ہے۔ ڈنڈی (Dundee) یونیورسٹی میں گنٹھیا کے مرض کی ایک خاتون نے یہ خیال بھی ظاہر کیا کہ موبائل فون کو غلط طریقے سے گردن اور شانے کے درمیان تھا جائے تو جوڑوں اور ہڈیوں پر دردم ہو جاتا ہے اور اکثر یہ کیفیت بھی ہو جاتی ہے کہ سر، گردن اور شانے میں درد ہونے لگتا ہے۔ بعض ماہرین نے یہ مشورہ دیا کہ موبائل فون استعمال کرنے والے کام کرتے وقت ایک ہاتھ فون پکڑنے کے لیے خالی رکھیں، جب کہ ڈرائیونگ کرتے وقت دونوں ہاتھوں سے اسٹیرنگ تھامے رہیں۔

ٹھنڈی مراد (ہر موسم میں مفید اور یکساں)

گرمی کی جلن سوزش جب جسم میں بڑھ جاتی ہے تو پھر سانس کا پھولنا، سر جھکنا، ہاتھ پاؤں میں جلن اور پیش منہ کی خشکی، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، دل ڈوب جانا، بھوک ٹھم، چہرہ کا رنگ سیاہ ہو جانا اور ملتے پڑ جانا قبض، ہلکی ہلکی پیشہ بندی میں بے چینی اور کمی، چونک اندھا سونے کے بعد بھی جسم ٹوٹا ٹوٹا رہتا۔ حتیٰ کہ نوجوانوں میں قطرے، جریان، احتلام وغیرہ۔ عموماً میں لیکوریا اور دیگر امراض، ان تمام کے لیے ٹھنڈی مراد صوبوں سے آزمودہ دوا ہے۔ کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنا بیشک کے لیے فائدہ مند ہے 1/2 سے ایک چھوٹا پیچ دودھ کی کمی کے مراد دن میں 3 سے 5 بار۔

نی ڈی۔ 100/ روپے علاوہ ڈاک خرچ

ماہانہ روحانی محفل

ناممکن روحانی مشکلات، لاعلاج جسمانی بیماریاں

اپریل کے چوتھے ہفتے 28-04-08 کو پیر کے دن ہماری روحانی محفل ہوگی۔ غسل یا وضو کرنے کے بعد صبح 05:47 بجے سے دوپہر 03:24 تک کے درمیانی وقت میں کسی بھی وقت 51 منٹ یہ وظیفہ ”بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ، اِنَّا کَ نَعْبُدُکَ وَ اِنَّا کَ نَسْتَعِیْنُ“

بلا تعداد (ہر بار تسبیہ مکمل ساتھ ضرور پڑھیں) خلوص دل، درود دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ پڑھیں کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سونے صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور تصور کے ساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پھلکی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چھین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ 51 منٹ مکمل ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کے لیے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پیئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہوں گی۔

(نوٹ:) اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے۔ مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئے۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ (فقیر محمد طارق محمود عفا عنہ)

روحانی محفل سے گھر لے لیے انجمن کا خاتمہ

روحانی محفل سے کمر کے درد کا مستقل حل: عاصم کمال چوہدری صادق آباد سے لکھتے ہیں کہ مجھے ایک حادثے میں چوٹ لگی۔ میری کمر بالکل جھک گئی، کئی علاج، فزیو تھراپی کرائی لیکن فائدہ نہ ہوا آخر کار میں مایوس ہو کر علاج چھوڑ بیٹھا۔ ماہنامہ عبقری میری بہن کے گھر آتا تھا۔ میں ٹوبہ نیک سنگھ بہن سے ملنے گیا بہن نے روحانی محفل کی بہت تعریف کی کہ اس نے کئی مسائل کے لیے یہ آدایا ہے ناممکن مسائل حل ہوئے۔ پھر محل کی دوسری عورتوں کو بتایا ایک کا بیٹا بیرون ملک جانا چاہتا تھا اس کا مسئلہ حل ہوا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 16 پر)

جوار کی روٹی اور مہلک بیماریوں کا خاتمہ

میرے دوست مجھ سے کہنے لگے میں نے آپ سے بھی زیادہ قیمتی ٹیسٹ اور مہنگی ادویات استعمال کیں لیکن افاقہ نہ ہوا میرا قیمتی وقت لیبارٹریوں اور ڈاکٹروں کی لائن میں لگ گیا

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر کے نام سے)

لیکن آزما یا نہیں تھا اور جب اس سے واسطہ پڑا تھا بہت زیادہ پریشان ہو گیا۔ ایک دوست نے ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا ٹیسٹ کے بعد پتہ چلا کہ کو لیسٹرول، پورک ایسڈ اور ٹرائی سلائی گرائڈز بہت بڑھے ہوئے ہیں۔ اگر ایسی صورت حال ہو تو آپ کو بھی دل کا دورہ پڑ سکتا ہے یا برین ہیمیرج یا پھر فالج ہو سکتا ہے۔

اب ڈاکٹروں نے مزید مہنگے ٹیسٹ اور قیمتی ادویات لکھ کر دیں۔ اسی دوران مارکیٹ کے مخلص دوست نے جب میری بیماری اور ٹیسٹوں کا حال سنا تو کہنے لگے میں نے آپ سے بھی زیادہ قیمتی ٹیسٹ کروائے اور مہنگی ادویات استعمال کیں لیکن افاقہ نہ ہوا۔ میرا قیمتی وقت لیبارٹریوں اور ڈاکٹروں کی لائن میں لگ گیا اور بہت سے پیسے ادویات اور ٹیسٹوں میں خرچ ہو گئے۔ پھر مجھے کسی نے بتایا کہ جوار کی روٹی تمام دن کھائیں یعنی گندم کی روٹی کی جگہ سالن کے ساتھ یا کسی بھی چیز کے ساتھ جو آپ کے کھانے کا معمول ہو صرف جوار کی روٹی ہی کھائیں۔ میں نے دو ماہ دن میں 3 بار جوار کی روٹی ہی کھائی اور خوب جی بھر کر کھائی۔ میں بالکل تندرست ہو گیا۔ مجھے امید کی کرن مل گئی مایوس کو کنارہ میسر ہوا۔ فوراً ایک دیسی چکی پر گیا جوار لی اور اپنی گھرانی میں ہوا کر اٹھا رہا تھا ایک بوڑھی عورت آنے لائے آئی ہوئی تھی۔ کہنے لگی بیٹا جوار کی روٹی نامیٹا نہ، پرانا بخار، جوڑوں کے درد اور جسم کی طاقت کے لیے آزمودہ ہے اور پھر اشارہ کہا کہ عورتوں کی نسوانی پوشیدہ تکالیف کے لیے بھی بہترین ہے۔ بڑی بوڑھی کے چند الفاظ نے مجھے تسلی دی اور میرے جذبہ شفا کو امید دی۔ گھر لا کر مستقل جوار کی روٹی کھانا شروع کر دی ایک ماہ تک روٹی کھائی لیکن چند دن کھانے سے ہی میری طبیعت میں واقعی تبدیلی آنا شروع ہو گئی کام کاج میں دل لگنے لگا۔ زندگی کی امید پیدا ہو گئی اور محسوس کیا کہ میں تندرستی اور صحت کا سفر طے کر رہا ہوں۔ خیال آیا کہ پھر ٹیسٹ کراؤں اب آپ میرے ٹیسٹ ملاحظہ فرمائیں پہلے کو لیسٹرول 295 تھا۔ اب 167 (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

حسب معمول مریض کے دیکھنے میں مصروف تھا باری پر ایک صاحب نے تعارف کرایا کہ میرا نام ماجد رسول خان ہے۔ پرنٹنگ کا کاروبار کرتا ہوں۔ طبی مشورے کے لیے آیا ہوں۔ معائنہ کے بعد خود ہی فرمانے لگے کہ میں اپنے آپ کو مریض محسوس کرنے لگا تھا۔ جسم کا انگ انگ کمزور اور ٹنار ہٹا تھا۔ اعصاب کھینچے، دل کے اندر مُردی اور کمزوری غالب رہتی تھی۔ بعض اوقات آنکھوں کے سامنے اندھیرا چھا جاتا تھا۔ طبیعت ہر وقت بے چین اور بے قرار رہتی تھی۔ ہلکی دوائی استعمال بھی کی، کچھ پر ہی نہیں کھینے۔ وقتی طور پر طبیعت ٹھیک لیکن پھر ویسے، بظاہر کچھ مرض بھی نہیں لیکن حالت مریضوں جیسی تھی۔

آہستہ آہستہ میرا سانس پھولنا شروع ہو گیا۔ اگر چند قدم بھی چل لیتا تو سانس بے رفتار اور بے قاعدہ ہو جاتا۔ یہ حالت میرے لیے اور زیادہ تشویش ناک تھی۔ میرا گھر کچھ اس طرز کا بنا ہوا تھا کہ سیڑھیاں چڑھنا میری مجبوری تھی اب یا تو گھر چھوڑ جاؤں یا پھر اس کی کوئی تدبیر کروں۔ چونکہ پرنٹنگ کا کاروبار تھا بعض اوقات کوئی وزنی چیز بھی اٹھاتا تو وہ اٹھانا میرے لیے ناممکن ہو جاتی اور دل کی دھڑکن بہت زیادہ بڑھ جاتی۔ چہرہ سرخ، ہاتھ پاؤں کی رگیں پھول جاتیں۔ اکثر ایسا بھی ہوتا کہ ہاتھ پاؤں سُن ہو جاتے۔ کتنی کتنی دیر تک اوسان بحال نہ ہوتے۔

گھر میں بچوں سے محبت اور ان سے کھیلتا میرا دلچسپ مشغلہ تھا۔ اب کچھ دنوں سے کھیلنے کو دل بھی نہیں چاہتا تھا کیونکہ بس تھوڑی سی حرکت سے سانس بھی پھول جاتا اور جسم ٹوٹ پھوٹ جاتا۔ ادھر بچے سابقہ ترتیب کے مطابق اصرار کرتے کہ ابو ہم سے کھیلیں لیکن ادھر طبیعت اور صحت خود ابو سے کھیل رہی تھی۔

طبیعت میں غصہ اتنا زیادہ ہو گیا کہ بعض اوقات خود سے شرمندگی ہونا شروع ہو جاتی۔ چڑچا پن اور بے چینی بڑھ گئی بات بات پر لڑنے مرنے کو تیار اور کئی دوست میرے اس رویہ سے مایوس اور ناراض ہو گئے۔ ٹینشن، ڈپریشن سنا تو تھا

جب تمام اسباب ختم ہو جائیں تو وظیفہ حاضر ہے

رب رحیم سے مخاطب ہوتے ہیں اور ایسی پرکھ و پرتاثر پر غلوص و دلنشین التجائیں کرتے ہیں کہ رحمت الہی بھی جوش میں آ جاتی ہے دریا ئے رحمت میں تلاطم پیدا ہوتا ہے اور اس کی عنایتیں و شفقتیں صاف متوجہ معلوم ہوتی ہیں

بابت تجھ سے فریاد کرتا ہوں اے در ماندہ عاجز کے مالک تو مجھے کس کے حوالہ کر رہا ہے کیا بیگانہ ترش رو کے یا میرے دشمن کے اگر تو مجھ سے خفا نہیں تو مجھے کسی کی پروا نہیں تیری عافیت میرے لیے وسیع ہے تیری ذات کے نور کے حوالے سے جس سے سب تاریکیاں روشن ہو جاتی ہیں اور دنیا و آخرت کے تمام مسائل حل ہوتے ہیں اس بات کی پناہ مانگتا ہوں کہ تیرا غضب مجھ پر اترے یا تو مجھ سے ناراض ہو جائے ہر حال میں تیری ہی رضا مجھے مطلوب ہے ہر طاقت و قوت کا تو ہی تہما مالک ہے۔

لاکھوں درود و سلام ہوں اُس رحمت اللعالمین ﷺ پر جس نے اپنی امت اور تڑپتی بلکتی انسانیت کے لیے یہ اور اس طرح کی ہزاروں تکلیفیں اٹھائیں اور مشقتیں برداشت کیں۔ آپ ﷺ کے ان عظیم احسانات کا بدلہ چکانا تو دور کی بات، کیا ہم نے اس پر آپ ﷺ کے لیے درود و سلام کا تحفہ ہی بھیج کر اپنے اوپر موجود آپ کی ان کرم فرمائیاں کا بوجھ ہلکا کرنے کی کوشش کی ہے؟ اگر اب تک آپ ﷺ کے لیے درود پڑھنے کا معمول نہیں رہا تو آج سے ہم روزانہ کم از کم سو دفعہ درود شریف پڑھنے کا معمول بنائیں جس کا نفع سراسر خود ہم کو ملنے والا ہے اور ہر درود پر ہم کو دس نیکیاں ملنے والی ہیں۔ وہ درود جس کے بھیجے کا خود اللہ رب العزت اور اس کے فرشتوں کی طرف سے بھی معمول ہے۔

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

ہر مرض سے شفا کے لیے

نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جو شخص بارش کا پانی لے کر اس پر

- ☆ سورۃ فاتحہ ستر بار ☆ سورۃ اخلاص ستر بار ☆ سورۃ لق
- ستر بار ☆ سورۃ الناس ستر بار پڑھ کر دم کرے تو نبی کریم ﷺ نے جسم کھا کر ارشاد فرمایا ہے کہ: جبرائیل علیہ السلام میرے پاس تشریف لائے اور مجھے خبر دی کہ جو شخص یہ سات روز متواتر پڑھے گا۔ اللہ سبحانہ و تعالیٰ اس کے جسم سے ہر بیماری دور فرمادیں گے اور اسے صحت و عافیت عطا فرمائیں گے اور اس کے گوشت پوست اور اس کی ہڈیوں سے بلکہ تمام اعضاء سے بیماریاں نکال دیں گے (الدر العظیم ص ۱۱)

نوٹ: رمضان المبارک کا جس دن چاند دیکھے تب رات کو عشاء کی نماز پڑھ کر ایک بار سورۃ فاتحہ پڑھ لے تو سارا سال رزق کی کمی نہیں ہوتی۔ (حراسلہ: صائغہ الیاس۔ پرانا مزگ لاہور)

قرآن جائے نبی رحمت ﷺ کی ان بے پناہ شفقتوں پر کہ یہ فرما کر فرشتہ عذاب کو واپس کرتے ہیں کہ ان میں نہ سہی ان کی نسلوں میں کوئی ہدایت پائے گا (اللہ نے اپنے محبوب کی زبان مبارک سے نکلنے والے ان جملوں کی لاج بھی رکھی اور بعد میں طائف کے سخت دل قبیلہ بنی نقیف میں محمد بن قاسم جیسے فاتح سندھ بھی پیدا ہوئے)۔ عرش معلیٰ سے فرشتہ کے ذریعہ کی جانے والی اس پیشکش پر آپ فرماتے ہیں کہ اے اللہ: تو میری اس قوم کو معاف کر دے کہ انجانے میں ان سے یہ غلطیاں سرزد ہو رہی ہیں پھر دست مبارک اٹھاتے ہیں، رب رحیم سے مخاطب ہوتے ہیں اور ایسی پرکھ و پرتاثر، پر غلوص و دلنشین التجائیں کرتے ہیں کہ رحمت الہی بھی جوش میں آ جاتی ہے رحمت کے سمندر میں تلاطم پیدا ہوتا ہے اور اس کی عنایتیں و شفقتیں صاف متوجہ معلوم ہوتی ہیں۔ وہ اثر آفرین دعائیں کلمات کیا تھے ذرا سینے اور اپنی زندگی میں بھی اس طرح کے مواقع پیش آنے والے حالات میں اسی طرح مانگتے اور گزرانے کی کوشش کیجئے فرماتے ہیں:

اللَّهُمَّ إِلَيْكَ أَفْكَوْ ضَعُفَ قُوَّتِيْ وَقِلَّةَ جَهْلِيْ وَهَوَايَايَ عَلَى النَّاسِ رَبِّ الْمُسْتَضْعِفِيْنَ إِلَيَّ مَنْ تَكَلَّمْتُ إِلَيَّ بِعِيْدٍ مَّجْهُمِيْ أَوْ إِلَى عَدُوِّ مَلَكْتُهُ أَمْرِيْ إِنْ لَمْ يَكُنْ بِكَ عَلَيَّ غَضَبٌ فَلَا أَبَالِيْ غَيْرَ أَنْ عَالِيَتِكَ هِيَ أَوْ سَعُ بِيْ أَعُوْذُ بِنُورِ وَجْهِكَ الَّذِي أَضْرَكْتَ بِهِ الظُّلُمَاتِ وَصَلَحَ عَلَيْهِ أَمْرُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ مِنْ أَنْ يُحِلَّ بِيْ غَضَبُكَ أَوْ يُنْزِلَ عَلَيَّ سَخَطُكَ لَكَ الْعُتْبَى حَتَّى تَرْضَى وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِكَ.

الہی: میں اپنی کمزوری، بے سروسامانی اور لوگوں کی حقیر کی

ہم میں سے ہر ایک کے لیے زندگی میں ایک مرحلہ ضرور آیا آتا ہے، جب مصائب و مسائل سے وہ تنگ آ جاتا ہے۔ انہوں کی ایذا و ساری غیردوں کی سازشیں ساتھیوں کا حسد اور رشتہ داروں کا بغض و کینہ اس کا جینا دو بھر کر دیتا ہے۔ اس کی سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ کیا کرے وہ حواس باختہ ہو جاتا ہے اور ہوش کھو بیٹھتا ہے۔ بلا خراں سب کے حق میں وہ بددعا کا سہارا لیتا ہے لیکن جب اس کا بھی اثر ظاہر نہیں ہوتا تو تنگ آ کر امید کا دامن چھوڑ دیتا ہے اور خود اپنے رب سے بھی مایوس اور ناامید ہو جاتا ہے۔

ذرا چشم تصور سے اس منظر کو بھی دیکھئے کہ پوری انسانیت میں سب سے زیادہ ستایا ہوا اللہ کا محبوب ترین بندہ، اللہ کے سب سے لاڈلے و چہیتے، جس کی ایک جان پر کروڑوں جانیں قربان، اپنے دعوتی مشن پر خود اپنے قبیلہ قریش اور وطن عزیز شہر مکہ سے طائف کا رخ کرتے ہیں اس امید میں کہ شاید وہاں کے لوگ اُن کی بات کو سمجھ کر ہمیشہ کی آگ اور جہنم سے نجات کی فکر کریں۔ لیکن وہاں کے لوگ مکہ والوں سے زیادہ بد اخلاق، سخت دل، ترش رو اور ظالم بن کر سامنے آتے ہیں، غنڈوں کی طرف سے کی جانے والی پتھروں کی بارش سے قدم مبارک خون آلود ہو جاتے ہیں بھوک سے ٹڈ حال ہوتے ہیں، انجینی مسافر کے لیے اس غریب الوطنی میں ایک گھونٹ بھر پانی بھی میسر نہیں آتا، مظلومیت کی اس فضاء میں بددعا کا ایک جملہ بھی اگر اس وقت زبان مبارک سے نکلتا تو اُن کی آن میں اہل طائف خاک ہو جاتے اور ان پر آسمان سے آگ کی بارش برتی۔ پیشکش بھی ہوئی کہ خدا کا غضب جوش میں آیا ہے۔ اگر آپ اشارہ کر دیں اور کہہ دیں تو ابھی آپ کی آنکھوں کے سامنے طائف شہر کے ان دو پہاڑوں کے بیچ ان سب کو پھیل دیا جائے اور آپ کی آنکھوں کو ٹھنڈک فراہم کی جائے۔

رسالے کا تبادلہ: اطلاعاً عرض ہے کہ عبرتی

فی الحال بطور تبادلہ رسائل ارسال نہیں کیا جاتا۔

عقربى 22

جن نے مقدمے باز دشمن کی سچی خبر دی

میں ابھی ان کے پاس آکر بیٹھا ہی تھا کہ اچانک ملک صاحب کے ملازم مقصود کا چہرہ بدل گیا۔ سر ہلنے لگا جیسے بوڑھے آدمی کا ہلتا ہے اور آنکھیں بھی عجیب طرح ہو گئیں

(محمد اصفہان نسر دار - سانگلہ بل)

فارین آپ کا بھی کسی پر اسرار چیز یا بھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے یہ ربط لکھیں فک تک ہم خود سنواریں گے

بندہ ایک حکیم (طیب) ہے عظیم الفرصہ ہے۔ لکھاری نہیں ہے۔ الہت فاضل دینیات طیب حاذق میٹرک ہونے کی بنا پر کچھ ٹوٹا پھوٹا لکھ کر بھیج رہا ہوں۔ واقعہ دلچسپ ہے راقم الحروف چونکہ عالم ہے گاؤں بھلیہ چک 119 نزد سانگلہ بل کارہائشی ہے۔ اس طرح اسی گاؤں میں مطب بنا رکھا ہے جو دارالحکمت کے نام سے ہے اور اس گاؤں میں جامع مسجد غوثیہ میں جمعہ پڑھاتا ہوں۔ فی الحال ایک واقعہ عجیب تھاقت سے بھرا ہوا حاضر ہے۔

آج سے 15 یا 20 برس پہلے کی بات ہے کہ سانگلہ بل شہر میں جو ہمارے گاؤں سے 2 یا 3 میل کے فاصلے پر ہے ایک صاحب پروردیہ سانگلہ بل میں تشریف لائے۔ ان کا نام ملک اعجاز احمد تھا۔ ان کو اللہ پاک نے ایک فرزند ارجمند عطا کیا۔ وہ سوکھ گیا یعنی سوزا کے مرض میں مبتلا ہو گیا۔ انکی ایک عیسائی نوکرانی ہوا کرتی تھی جس کا نام رابعہ یا عاتکہ تھا۔ نوکرانی ان بچوں کو سنبھالتی بھی اور گھر کا کام بھی کرتی تھی۔ وہ صاحب عام لوگوں کی طرح میرے مطب میں اپنے بال بچوں کو یا خود میاں بیوی برائے علاج معالجہ بطور مریض آیا جایا کرتے تھے ان کا مجھ پر بڑا یقین و اعتماد تھا۔ ایک دفعہ وہ اپنا بیٹا لکیر میرے پاس آئے جس کو سوزا کے مرض تھا۔ میں نے اس کا علاج کیا اور اللہ کے فضل و کرم سے وہ صحت یاب ہو گیا اور کچھ ہی عرصے میں مونا تازہ ہو گیا اور ملک صاحب کا میرے اوپر یقین مزید پختہ ہو گیا۔ اب تو ہفتہ میں ایک دوبار وہ میرے مطب پر ضرور تشریف لاتے۔ اسی طرح وہ میرے ہم خیال ہم مزاج ہو گئے اور آہستہ آہستہ ملک صاحب سے میری دوستی بڑھ گئی اور آپس میں انس بھی بڑھ گیا۔

ایک دن ملک صاحب مجھے ملنے آئے اور عجیب بات کہی کہ آپ کو کبھی اپنے ملازم سے ملائیں گے اس پر جن حاضر ہوتا ہے جو عجیب و غریب باتیں بتاتا ہے۔ میں بڑا حیران ہوا۔ میں نے ملک صاحب کے ملازم سے ملنے کی خواہش ظاہر کی۔ کچھ دن کے بعد ملک صاحب اپنے ملازم کو لکیر میرے مطب پر تشریف لے آئے۔ میں نے ان کو بیٹھک میں

بٹھایا اور کھانا کھلایا اور خود مریضوں کو فارغ کر کے ان کے پاس آ بیٹھا۔ میں ابھی ان کے پاس آکر بیٹھا ہی تھا کہ اچانک ملک صاحب کے ملازم مقصود کا چہرہ بدل گیا۔ سر ہلنے لگا جیسے بوڑھے آدمی کا ہلتا ہے اور آنکھیں بھی عجیب طرح ہو گئیں۔ ملک صاحب کو اور مجھ کو مخاطب کر کے اس نے السلام علیکم کہا ہم نے جواب دیا۔ چونکہ میرا یہ زندگی کا پہلا واقعہ تھا اس لیے میں کچھ سہم گیا، جھجک گیا، مگر ملک صاحب نے کہا حکیم صاحب فکر نہ کریں کھلے دل سے جو پوچھنا چاہیں پوچھیں جواب دیں گے۔ انہوں نے بھی مجھے پیار و ادب سے بلایا اور فرمایا کوئی بات نہیں کیا حال ہے ایسے ہو؟ ہمارے لائق کوئی خدمت ہو تو ضرور بتائیں۔ آپ کی خاطر بڑی دور سے آنا پڑا ہے۔ میں نے عرض کی اگر آپ براندہ مانیں تو کھلے دل سے کچھ معروضات کر لوں کیونکہ بندہ اگرچہ جنات کے وجود پر ایمان تو رکھتا ہے۔ لیکن جیسے حضرت ابراہیم علیہ السلام نے اللہ پاک سے عرض کی **كَيْفَ تُجِيبِي الْمَوْتِي قَالَ اَوْلَمْ تُؤْمِنِ قَالَ بَلٰی وَلٰكِنْ لَّيَطْمِئِنُّ قَلْبِي** ”ترجمہ: یا اللہ آپ مردوں کو کیسے زندہ کریں گے اللہ تعالیٰ نے کہا کہ کیا آپ کا اس پر ایمان نہیں ہے؟ ابراہیم علیہ السلام نے کہا ہاں کیوں نہیں چاہتا ہوں کہ دل مطمئن ہو جائے۔ اسی طرح میرا بھی جنات کے وجود پر ایمان تو ہے لیکن کچھ سوال کرنا چاہتا ہوں تاکہ اطمینان قلب کی دولت حاصل ہو جائے۔“ بس پھر وہ بڑے خوش ہوئے کہا جو چاہو سوال کرو پوچھو، جو مجھ سے ہو۔ سا جواب دوں گا۔ آپ اطمینان سے پوچھیں۔ میں نے عرض کی حضرت آپ کی عمر کیا ہے؟ فرمایا 80 سال کے قریب ہے۔ میرے پاس ایک صندوقچی تھی جن میں ضروری اشیائیں تھیں کہ جب باہر کسی مریض کو دیکھنے جاتا تو ساتھ رکھ لیتا اگر ضرورت پڑتی تو صندوقچی میں سے نکال کر دوائی دے دیتا۔ اس صندوقچی کو ایک چھوٹی سی جندری (تالا) لگا کر رکھتا تھا میں نے عرض کی کہ حضرت اگر آپ جن ہیں تو بتائیں اس میں کیا ہے؟

(بقیہ صفحہ نمبر 30 پر دیکھیں)

(بقیہ: سلا دکھائیے۔ صحت پائے)

سلا قبض نہیں ہونے دیتا۔ جب کہ گوشت اور مرغی غذاؤں کا زیادہ استعمال صحت صحت ہے۔ کیونکہ ضرورت سے زیادہ حرارے (کیلو رین) اور چمکانی لیتی ہے۔ وہ جہاں کی صورت موٹاپے کا باعث بنتی ہے۔ سلا میں موسم کی مناسبت سے ٹماٹر، پیاز یا لیٹوں ترخ، ہرا دھنیہ، پودینہ، گاجر، چتندر، مولیٰ کھیرا، اورک، ہندو گوبھی اور امرود وغیرہ اچھی طرح صاف کر کے باریک کٹ کر پیٹ میں لگا کر لیٹوں، کالی مرچ وغیرہ چمڑک کر کھانے کے ساتھ کھایا جائے۔

سلا کے اجزاء:

مولی: بچوں سمیت کچی استعمال کرنا چاہئے۔ یہ بھوک لگاتی ہے، برقان، ہراسیر اور قبض میں مفید ہے۔ خون میں یورک ایسڈ کی مقدار کو متوازن رکھتی ہے۔ گاجر: کچی گاجر کھانا مفید ہے۔ اس میں ریٹینول (غیر) زیادہ ہوتا ہے جیائین الف کی دافر مقدار کے باعث بیانی کے لیے مفید ہے۔ چہرہ کی رنگت کو کھارنی اور خون کی کمی کو دور کرتی ہے۔

ٹماٹر: ٹماٹر کو بچوں سمیت استعمال کریں۔ اس کا استعمال نفرس کھانسی، کلیشیم کی کمی کو دور کرتا ہے دھانسی کے حصول کے لیے مفید ہے۔

چتندر: چتندر جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے اور عام جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ دل کے امراض میں مفید ہے۔

ٹماٹر: ٹماٹر میں جو وٹیکیم بڈیوں اور سوڈیوں کے لیے قدرتی ٹانک کا درجہ رکھتا ہے۔ قبض دور کرتا ہے اور کالی مرچ و نمک چمڑک کر کھانے سے پیٹ کے کیزے دور کرتا ہے۔ قدرتی فولا کا ذخائر ہے خون کی کمی دور کرتا ہے۔

پیاز: بھوک لگاتا اور ہاضمے میں مدد دیتا ہے قبض دور کرتا اور تھوکتا ہے۔ پیٹاب آد ہے۔ بیکر اور تلی کے لیے مفید ہے۔ اس کی بدبو دور کرنے کے لیے نمک کے پانی میں دھو کر استعمال کریں۔

لیٹوں: کھانے کے ہاضمے میں مدد دیتا ہے۔ پیٹ کے امراض کو دور کرتا اور بھوک لگاتا ہے۔ جیائین ج (دھانسی) کا قدرتی خزانہ ہے۔ جیائین ج ”ج“ کی کمی سے ہونے والے امراض میں مفید ہے۔ بکے پیاز پر لیٹوں چمڑ کر۔ صرف پیاز کی بوخ کر سکتے ہیں بلکہ بہت فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔

اورک: پیٹ میں گیس ختم کرنا اور ہاضمے میں مدد دیتا ہے۔ کھانسی اور زکام میں مفید ہے۔ جوڑوں کے درد میں فائدہ اور بادی بن ختم کرتا ہے۔

کھیرا: پیٹاب آد ہے۔ گرمی کم کر کے اس کے اثرات زائل کرتا ہے۔ بخار اور برقان میں مفید ہے۔ جسم میں حرارت ختم کرتا ہے۔

میرز دھنیا: جسم کی حرارت کم کر کے سکون دیتا ہے۔ نمک کے ساتھ اس کا استعمال ہاضمے۔ دماغی کمزوری اور پیٹاب کی جلن میں مفید ہے۔ دھانسی اسے کی کمی پوری کرتا ہے۔

پودینہ: خوش ذائقہ اور ہاضمہ دار ہے۔ بھوک لگاتا ہے۔ معدہ اور جگر کی اصلاح کرتا ہے۔ بچی اچھلتا میں مفید ہے۔ اس کی چٹنی خوش ذائقہ اور تھوکتا ہے۔ ہضم کے عمل کو تیز کرتی ہے۔ جسم سے فاسد مادے خارج کرتا ہے۔

امروہ: دل و دماغ اور معدے کو طاقت دیتا ہے اور قبض دور کرتا ہے۔ پیاس کی شدت کم کر کے خون صاف کرتا ہے۔ جلدی امراض میں مفید ہے۔ اسے کھانے سے قبل استعمال کرنا چاہیے۔

پاچیا: آجوں کو صاف کرنا اور قبض دور کرتا ہے۔ دق و سل و دھار و خون کی قلت میں مفید ہے۔ آنکھوں کے امراض میں موثر ہے۔

نومولود کو گھٹی اور اس کے طبی فوائد

اللہ تعالیٰ نے جو بھی میٹھی چیز بنائی ہے جیسا کہ کھجور، شہد، گنے کا رس وغیرہ ان تمام چیزوں میں ایسے کیمیائی مرکبات مثلاً کرومیم وغیرہ موجود ہیں جو جسم میں گلوکوز کو جذب ہونے میں مدد دیتے ہیں، لہٰذا کے فعل کو متاثر نہیں ہونے دیتے

(تحریر: محمد فاروق اعظم۔ بہاول پور)

حضرت اسماء بنت ابی بکرؓ فرماتی ہیں کہ قبا میں میرے ہاں ولادت ہوئی پھر میں نومولود بچے (یعنی عبداللہ بن زبیرؓ) کو رسول اللہ ﷺ کی خدمت اقدس میں لائی اور ان کو حضور اکرم ﷺ کی گود میں رکھ دیا تو آپ ﷺ نے کھجور مکائی اور چپا کر ان کے منہ میں ڈال دی پھر ان کی تحنیک کی اس کے بعد ان کے لیے برکت کی دعا کی۔ (متفق علیہ مشکوٰۃ شریف)

حضرت عائشہ صدیقہؓ بیان کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ کے پاس نومولود بچے لائے جاتے تو آپ ﷺ ان کے لیے برکت کی دعا کرتے اور گھٹی دیتے (مسلم شریف)

حضرت ابو موسیٰؓ سے روایت ہے کہ میرے ہاں لڑکا پیدا ہوا تو میں اسے نیکر نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا تو آنحضرت ﷺ نے اس کا نام ابراہیم رکھا اور کھجور کو اپنے دندان مبارک سے نرم کر کے اسے چٹایا اور اس کے لیے برکت کی دعا کی پھر مجھے دے دیا۔ (بخاری شریف)

تحنیک کے لغوی معنی کسی چیز کو چبا کر نرم بنانا ہے۔ تحنیک کا طریقہ یہ ہے کہ مرد یا عورت کھجور یا کوئی میٹھی چیز چبا کر نرم کرے کہ اسے نگھا جا سکے پھر وہ بچے کا منہ کھول کر اس میں رکھ دے۔ مستحب یہ ہے کہ تحنیک کرنے والا شخص نیک اور متقی و پرہیزگار ہو۔

گھٹی (تحنیک کے طبی فوائد):

کھجور میں شوگر، وٹامن، معدنیات اور دیگر اہم غذائی عناصر بڑی مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے جو بھی میٹھی چیز بنائی ہے جیسا کہ کھجور، شہد، گنے کا رس وغیرہ ان تمام چیزوں میں ایسے کیمیائی مرکبات مثلاً کرومیم وغیرہ موجود ہیں جو جسم میں گلوکوز کو جذب ہونے میں مدد دیتے ہیں، لہٰذا کے فعل کو متاثر نہیں ہونے دیتے اور شوگر کے مرض سے دور رکھتے ہیں۔

پیدائش کے بعد نومولود کے منہ میں میٹھی چیز خاص طور پر کھجور کا گودا ڈالنے سے درد کا احساس کم ہو جاتا ہے۔ وضع حمل کے دوران بچہ عموماً جن مراحل سے گزرتا ہے اس میں دباؤ، کچاؤ اور اندر دئی ضربات سے جو تکلیف ہوتی ہے ان کا وہ

رو کر اظہار کرتا ہے۔ گھٹی حیرت انگیز طور پر بچے کی شفا یابی کا ذریعہ بنتی ہے مزید یہ کہ دل کی حرکات کو جلد نارمل سطح پر لانے میں بھی بہت موثر ہے۔ رسول اللہ ﷺ کی یہ سنت رحمت اور شفا بخش ہے۔ چھوٹے بچوں کے آپریشن از قسم ختنہ سے پہلے اور لیبارٹری میں ٹیسٹوں کے لیے خون لینے سے پہلے شہد چٹا دینے یا کھجور وغیرہ کھلا دینے سے بچے کی تکلیف کو کم کیا جاسکتا ہے اور صحت یابی کے دورانیے کو بھی۔

کدو کی اہمیت (عبدالقیوم۔۔۔ بری پور)

ہمارے پیارے آقا حضور پر نورؐ نبی آخر الزمان حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کدو کو بہت پسند فرماتے۔ حکیم بن جابرؓ اپنے والد گرامی سے روایت فرماتے ہیں۔ ”میں نبی کریم ﷺ کی خدمت میں انکے گھر میں حاضر ہوا تو انکے پاس کدو تھا۔ میں نے پوچھا یہ کیا ہے؟ تو فرمایا کہ یہ کدو ہے۔ جسے ہم اپنے کھانے کو بڑھانے میں استعمال کرتے ہیں۔ (ابن ماجہ)

یہی روایت ترمذی نے بھی دوسرے الفاظ میں بیان کی ہے۔ دل کی بیماریوں میں اس کی افادیت کا تذکرہ ہشام بن عروہ سے میسر ہے۔ وہ اپنے والد گرامی سے روایت کرتے ہیں کہ انہوں نے حضرت عائشہ صدیقہؓ سے کدو کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے فرمایا ”مجھے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اسے عائشہؓ جب تم شک گوشت پکایا کرو تو اس میں کدو ڈال کر اسے بڑھا دیا کرو۔ کیونکہ یہ ٹھنکین دل کو مضبوط کرتا ہے۔

چند منہوں میں دانت درد کا علاج

دانت کا درد کیسا ہی کیوں نہ ہو۔ ایک گلاس پانی میں تموزی سی پھکڑی اور نمک ملا کر دانت پر لگائیں چند منہوں میں ناقابل بیان دانت کی تکلیف دور ہو جائے گی۔ ان شاء اللہ

(بقیہ الثنیٰ کی نقل عبادت)

ترجمہ: اے آسمانوں اور زمینوں کے پیدا کرنے والے دنیا اور آخرت میں تو ہی میرا رفیق ہے، تو مجھ کو اپنی فرمانبرداری میں دنیا سے اٹھالے اور مجھ کو اپنے نیک بندوں میں داخل کر لے۔

علم حاصل کرو! علم حاصل کرنا بدی نہیں۔

..... بدی تو اپنی ذات کے علاوہ سب کو جاہل سمجھنا ہے۔

..... وعظ کرو! وعظ کرنا پیش نہیں۔

..... پیشہ تو خوبصورت خیالات کو دامنوں اور شہرت کے عوض بیچنا ہے۔

..... اطاعت کرو! اطاعت کرنا غلامی نہیں۔

..... غلامی تو ضمیر اور روح کی آواز کو دایا لینا ہے۔

..... پڑھاؤ! پڑھانا نادرست نہیں۔

..... نادرست تو معصوم ذہنوں کی تخریب ہے۔

..... اچھے لوگوں کو اچھا سمجھو! یہ بکروہ نہیں۔

..... بکروہ تو خوشامد ہے۔

..... نفقہ زبست حاصل کرو! یہ حرام نہیں۔

..... حرام تو دولت کی دلپذیر عقیدوں کا جبدہ ہے۔

..... لکھو! لکھنا مذموم نہیں۔

..... مذموم تو قلم سے نکلنے والے خیالات کی سوداگری ہے۔

..... غروروری کرو! یہ ناجائز نہیں۔

..... ناجائز تو پیٹ کی ضرورتوں کا مذہب بنالینا ہے۔

..... پیار کرو! پیار کرنا ناروا تو نہیں۔

..... ناروا تو عصمتوں کے آگینے توڑ دینا ہے۔

..... تجارت کرو! یہ ناپسندیدہ نہیں۔

..... ناپسندیدہ تو مجبور یوں سے فائدہ اٹھالینا ہے۔

..... کشادہ ظرف ہو! ایسا کرنا برا نہیں۔

..... برا تو خیر و شر کی تمیز اٹھادینا ہے۔

..... خوش ہوا خوش ہونا قابل گرفت نہیں۔

..... قابل گرفت تو کسی کی مصیبت پر ہنسنا ہے۔

..... محنت کرو! محنت کرنا برا نہیں۔

..... برائی تو مخلوق خدا (عزوجل) کو دھوکا دینا ہے۔

..... عزت کرو! عزت کرنا برا نہیں۔

..... برا تو دولت دنیا کے لیے کسی پر خوش ہونا ہے۔

..... محبت کرو! محبت کرنا جنون نہیں۔

..... جنون تو غم انسانیت سے بے حس ہو جانا ہے۔

..... سوچو! سوچنا وقت کا زیاں نہیں۔

..... وقت کا زیاں تو عبث افکار کی چوکت پر زیت کا ضائع کر دینا ہے۔

سرسوں کے بیج سے نصیحت پائیں

ساتویں مصیبت تو غضب کی تھی کہ کولہو میں ڈال کر جو پکلا ہے تو جگر جگر پاش پاش کر دیا اس طرح میں وجود میں آیا۔ میری تمام عمر تو مجاہدوں ہی میں گزری۔ مجاہدہ کا شمرہ اونچا رہنا ہے اور ناز و نعم کا شمرہ نیچا رہنا ہے

ہوتا ہوں وہ مجھے شفا دیتا ہے۔ جب میں سوتا ہوں تو وہ ہر طرح میری حفاظت کرتا ہے۔ جب مجھ سے غلطی ہو جائے اور میں اس سے معافی مانگ لوں تو بغیر کوئی سزا دیے اپنی رحمت و مہربانی سے مجھے بخش دیتا ہے۔ یہ سن کر اس مغرور غلام نے کہا تب تو مجھے بھی اس کا غلام بنادیں۔ بزرگ فوراً بولے۔ بس تو پھر اللہ کا ہو جا۔

(مرسلہ: راشد شاہ۔ فیصل آباد)

چھ باتیں

حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”مسلمانو اگر تم چھ باتوں کا ذمہ لے لو تو میں تمہارے لئے جنت کا ذمہ لیتا ہوں۔

(1) تم بولو تو بچ بولو (2) جب تم کسی سے وعدہ کرو تو اس کو پورا کرو (3) جب تمہارے پاس کوئی امانت رکھوائی جائے تو اس میں خیانت مت کرو (4) تم اپنی نظریں نیچی رکھا کرو (5) ظلم کرنے سے اپنا ہاتھ روکے رکھو (6) اپنے جذبات نفسانی کی باگ ڈھیلی نہ ہونے دو۔

حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول خدا ﷺ نے ارشاد فرمایا جنت کی خوشبو ہزار برس کی راہ تک پہنچتی ہے لیکن قاطع رحم (یعنی رشتہ ناطہ توڑنے والا) ماں باپ کا نافرمان اور بوڑھا زنا کا مرتکب، اس خوشبو سے محروم ہیں۔

حضرت عائشہؓ روایت کرتی ہیں کہ جناب رسول خدا ﷺ نے ارشاد فرمایا: خدا کی رحمت ایسی قوم پر نازل نہیں ہوتی جس میں بے رحم لوگ موجود ہوں (مرسلہ: عبدالرحمن۔ چھانگاٹا)

باپ کی دعا

ایک دفعہ ہارون الرشیدؒ نے ایک شخص کو اس کے بیٹے کے سمیت جیل بھیج دیا۔ اس شخص کی عادت تھی کہ گرم پانی سے ہی وضو کرتا تھا۔ داروغہ جیل نے قید خانہ میں آگ لے جانے پر پابندی لگا دی بلڑ کے رات کو قندیل میں پانی رکھ کر اپنے والد کے لئے پانی گرم کیا۔ جب صبح ہوئی تو اس شخص کو ذرا گرم پانی ملا۔ اس نے بیٹے سے پوچھا، یہ پانی کہاں سے آیا ہے؟ اس کے بیٹے نے جواب دیا کہ اس قندیل پر گرم کیا ہے۔ جب یہ خبر داروغہ جیل کو پہنچی تو اس نے قندیل کو اونچا کر کے لٹکا دیا۔ تب بلڑ کے نے کیا کہ رات بھر پانی کے برتن کو اپنے سینے سے دل پر لگائے رکھے رکھا۔ کسی قدر اس میں گرمی آگئی اس کے باپ نے پوچھا یہ کہاں سے آیا؟ اس نے اصل صورتحال بیان کر دی۔ تب باپ نے ہاتھ اٹھا کر دعا مانگی کہ اے اللہ! میرے بیٹے کو جہنم کی گرمی نہ چکھائو۔

(مرسلہ: محمد علی۔ لاہور)

معلومات

- (1) ناشپاتی کا درخت تین سو سال تک پھل دیتا ہے۔
- (2) دنیا کی بڑی مسجدوں میں ایک (فیصل مسجد) پاکستان میں ہے۔
- (3) کوئل ایک ایسا پرندہ ہے جو کبھی گونسل نہیں بناتا
- (4) دنیا کے سب سے کم عمر پائلٹ کی عمر نو سال تین سو سولہ دن تھی۔
- (5) سعودی عرب دنیا کا واحد ملک ہے جہاں کوئی سینما نہیں
- (6) دنیا میں سب سے بڑا قبرستان پاکستان میں ٹھٹھہ میں مکھی میں ہے
- (7) شہد کی مکھی کی 5 آنکھیں ہوتی ہیں
- (8) شہد کی مکھیوں کو سرخ رنگ نظر نہیں آتا۔ اس لیے وہ سرخ پھولوں سے رس نہیں چوسیں
- (9) اگر بچھو کے ارد گرے آگ جلا دی جائے تو فوراً وہ خود اپنے سر پر ڈس لیتا ہے
- (10) مچھر کے منہ میں 22 دانت ہوتے ہیں

(مرسلہ: شیر الہن۔ ڈیرہ غازی خان)

دو غلام

ایک بادشاہ کا غلام گھوڑے پر سوار غرور کے عالم میں چلا آ رہا تھا۔ سامنے ایک بزرگ آگئے۔ انہوں نے اس مغرور غلام سے کہا: یہ اڑخانی تو اچھی نہیں۔

غلام نے اور زیادہ اڑ سے کہا۔

”میں فلاں بادشاہ کا غلام ہوں“ اور وہ بادشاہ مجھ پر بہت بھروسہ کرتا ہے جب وہ سوتا ہے تو میں اس کی حفاظت کرتا ہوں۔ جب اسے بھوک لگتی ہے تو میں اسے کھانا دیتا ہوں۔ کوئی حکم دیتا ہے تو فوراً بجالاتا ہوں۔“

اس پر بزرگ نے پوچھا

اور جب تم سے کوئی غلطی ہو جاتی ہے تو؟

غلام نے جواب دیا۔

”اس صورت میں مجھے کوڑے لگتے ہیں۔“

اس پر بزرگ بولے۔

”تب تم سے زیادہ مجھے آکڑنا چاہیے۔“

غلام نے حیران ہو کر پوچھا۔

وہ کیسے؟ بزرگ بولے۔ میں ایسے بادشاہ کا غلام ہوں کہ

جب میں بھوکا ہوتا ہوں تو وہ مجھے کھاتا ہے۔ جب میں پیاس

تیل اور پانی

حکایت ہے کہ ایک گھاس میں پانی اور تیل تھے۔ ایسی صورت میں تیل اوپر رہتا ہے کیونکہ پانی زیادہ وزنی ہوتا ہے۔ پانی نے تیل سے شکایت کی اور پوچھا کہ یہ کیا بات ہے میں نیچے رہتا ہوں اور تو اوپر حالانکہ میں پانی ہوں اور پانی کی یہ صفت ہے کہ وہ صاف، شفاف، خود طاہر و مطہر، روشن، خوبصورت، خوب سیرت غرض ساری صفیتیں موجود ہیں اور تو ”تیل“ جو خود بھی میلا اور جس پر گرسے اس کو بھی میلا کرے۔ کوئی چیز تجھ سے دھوئی نہیں جاسکتی، چاہیے یہ تھا کہ تو نیچے ہوتا اور میں اوپر مگر معاملہ برعکس ہے کہ میں نیچے ہوں اور تو اوپر۔ تیل نے جواب دیا کہ ہاں یہ سب کچھ ہے لیکن تم نے کوئی مجاہدہ نہیں کیا۔ ہمیشہ ناز و نعم ہی میں رہے بچپن سے اب تک۔۔۔ بچپن میں فرشتے آسمان سے اتار کر بڑے اکرام سے تم کو لائے، پھر جس نے دیکھا عزت کے ساتھ برتنوں میں بھر لیا، بڑی رغبت سے نوش کیا۔ غرض ہمیشہ عزت ہی عزت اور نازی ناز دیکھا۔ تمہاری دھوپ سے حفاظت کی جاتی ہے۔ میل پکیل اور گرد و غبار سے حفاظت کی جاتی ہے۔ گواپنے مطلب کو بھی، لیکن ایک میں ہوں کہ جب سے میری ابتدا ہوئی ہے ہمیشہ مصیبتیں ہی مصیبتیں جھیلی ہیں سب سے پہلے غم (بیج) تھا سرسوں یا تل کا۔ اس کے بعد مصیبت کا یہ سامنا ہوا کہ سیکڑوں من مٹی ہمارے اوپر ڈالی گئی۔ سینہ پر پتھر رکھا گیا۔ پھر میرا جگر شق ہوا یہ دوسری مصیبت پڑی۔ تیسری مصیبت یہ پڑی کہ زمین کو تو ذکر باہر نکلے۔ چوتھی یہ کہ جب باہر نکلے تو آفتاب کی تمازت (گرمی) نے جگر بھون دیا۔ پانچویں مصیبت یہ جھیلی پڑی کہ جب کچھ بڑے ہو گئے تو درختی سے کاٹا گیا، چھٹی مصیبت یہ کہ زیر و زبر کیا گیا اور بیلوں کے کھروں میں روند اگیا۔ اخیر میں ساتویں مصیبت تو غضب کی تھی کہ کولہو میں ڈال کر جو پکلا ہے تو جگر جگر پاش پاش کر دیا اس طرح میں وجود میں آیا۔ میری تمام عمر تو مجاہدوں ہی میں گزری اور یہ بات ملے ہے کہ مجاہدہ کا شمرہ اونچا رہنا ہے اور ناز و نعم کا شمرہ نیچا رہنا ہے (مرسلہ: زمان خان۔ سمندری)

بلغم کیا ہے؟

حمل اور سفر

مٹانے کی گرمی

مطالعے کے اصول

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جب طلب امور کے لئے پڑھنا ہو اور جواہر الفاظ مراد ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط بھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط اعتدال سے شائع کیے جاتے ہیں البتہ خطوط کے لئے جواہر الفاظ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ نوٹ: وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

شدید و کام

عمر 14 سال شدید نزلہ رہتا ہے، گرمی میں بھی، سردی میں بھی، پانی میں ہاتھ ڈالنے ہی چھینکیں آنے لگتی ہیں۔ ازراہ کرم کوئی علاج تجویز کیجئے۔ (عمران ظفر۔۔۔ لاہور) جواب: آپ تو اچھے خاصے چھوٹی موٹی ہو گئے۔ پانی میں ہاتھ ڈالنا کہ چھینکیں جاری ہو گئیں! اسے نزاکت کہتے ہیں۔ ایک ملکہ تھی، دس سال تک پانی کو ہاتھ نہیں لگا تھا۔ شاید ان کو بھی چھینکیں آتی ہوں گی۔ خیر وہ تو ملکہ تھیں، آپ تو عمران ہیں۔ یہ نام بہادروں کا رہا ہے اور ظفر توقع کا عنوان ہے۔ اپنے نام کی لاج رکھنی چاہیے۔ آپ سب سے پہلے یہ کام کریں کہ نیم کے تازہ پتے لیں کوئی ۲-۳ تو لے یعنی ۳۰-۴۰ پتے، دن کو دو گلاس پانی میں جوش دیں، چھائیں۔ ذرا سا نمک ملا لیں پھر اس پانی میں سے روزانہ اپنی ناک میں پانی کے چھیننے ماریں۔ اس سے زکام رفع ہو جائے گا اور غذاؤں کے چاٹ سے غذا نمبر 2 کو ضرور استعمال کریں۔

حمل اور سفر

میں تین بچوں کی ماں ہوں بچے داخل انداز میں تولد ہوئے۔ مجھے اب سفر پر پیش ہے، لیکن میرے شوہر اور ساس چھٹے اور ساتویں مہینے میں میرے سفر کی مخالفت کر رہے ہیں۔ میری رفتار قلب اور بلڈ پریشر کچھ کم ہے (سعدیہ رفیق۔۔۔ لالہ موسیٰ) جواب: اگر ماں کی صحت ٹھیک ہو اور حمل میں بھی کسی قسم کی کوئی خرابی مثلاً جریان خون کی شکایت نہ ہو، سفر کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔ ویسے آج کل سفر انتہائی آرام دہ اور تیز رفتار ہیں۔ اس سے بچے کو کسی نقصان کا احتمال نہیں ہوتا۔ تاہم یہ ضروری ہے کہ آپ دوران سفر بھاری سامان اٹھانے سے بچیں۔ ویسے یہ بات یاد رکھیے کہ حمل کے چوتھے، پانچویں اور چھٹے مہینے میں سفر زیادہ محفوظ رہتا ہے۔ چارٹ سے غذا نمبر 6 کو استعمال کریں یہ آپ کے لیے ضروری ہیں۔

بلغم کیا ہے؟

بلغم کیا ہے؟ یہ کیوں اور کن چیزوں سے بنتا ہے؟ کیا اس کا بظنا ضروری ہے؟ اس کی افزائش کو کس طرح کم یا ختم کیا جاسکتا ہے؟ (نعیم احمد، حیدر آباد) جواب: بلغم جیسا کہ عام طور پر ناک، منہ، پیچھروں سے خارج ہوتا ہے وہ دراصل اندر کی جملی (غشاء مخاطی) کی رطوبت ہے اور قدرتی طور پر پیدا ہوتی ہے اور پھر خارج ہوتی رہتی ہے۔ اگر ناک کی جملی میں دم آجائے تو یہ رطوبت زیادہ آنے لگتی ہے۔ اس کی افزائش کو روکنے کا طریقہ صفائی ہے۔ دن میں پانچ مرتبہ وضو کے وقت تین تین بار ناک کو دھونا صفائی ہے۔ اس صفائی سے جملی تندرست رہتی ہے۔

باریک بال

عمر ۲۰ سال، سر کے بال بہت باریک ہیں۔ لمبے تو ہیں، مگر گھٹنے نہیں ہیں۔ جب کٹگئی کرتی ہوں تو بے تحاشا بال جھڑتے ہیں۔ اس کے علاوہ سر میں خشکی بھی ہوگئی ہے۔ ازراہ کرم کوئی علاج بتائیں۔ (ث۔ الف، بہادر پور)

جواب: آپ کے سر میں بفا ہے یعنی خشکی (ڈیڈرف) آگئی ہے۔ اس کے لیے پہلی بات تو یہ ہے کہ اچھے صابن سے سر کو روزانہ صاف کرنا چاہیے۔ چند دن رات کو صافی پی لینی چاہیے۔ سر میں لگانے کے لیے طب نبوی، ہیر آئل کو استعمال کریں، ہفتے دس دن میں خشکی دور ہو جاتی ہے اور بال گرنے بند ہو جاتے ہیں اور غذا نمبر 5,6 کو ضرور استعمال کریں۔

مطالعے کے اصول

حکیم صاحب! مطالعے کے لیے کن کن باتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے؟ (محسن جمیل۔۔۔ فیصل آباد) جواب: مطالعے کے وقت روشنی بائیں جانب سے آئے تو اچھا ہے۔ اگر یزیدی ہو یا اردو۔ ایک نکتہ یہ ہے کہ مطالعے کے وقت روشنی کافی ہونی چاہیے۔ دم روشنی سے آنکھوں پر زور

پڑتا ہے۔ مطالعے کے وقت کتاب کافی دور ہونی چاہیے۔ کتاب پر جھک کر پڑھنا یا لکھنا صحیح نہیں ہے۔ اور ہاں ایک خاص بات یہ ہے کہ مطالعہ دل سے کرنا چاہیے، توجہ سے کرنا چاہیے، دلچسپی سے کرنا چاہیے، کتاب تو علم دیتی ہے۔ اس سے زیادہ دلچسپ چیز بھلا اور کیا ہو سکتی ہے! اور چارٹ سے غذا نمبر 5,6 کو بھی استعمال کریں انشاء اللہ آپ کو فائدہ ہوگا

نشار خون

میری والدہ کا بلڈ پریشر بہت بڑھا ہوا ہے۔ ان کا معالج ہر مرتبہ ان کے نسخے میں تبدیلی کرتا ہے، لیکن گزشتہ دو سال سے ان کا مکمل معائنہ نہیں کرایا گیا ہے۔ کوئی کارگر نسخہ بتائیے۔ (زینب خان۔۔۔ پشاور)

جواب: پہلی بات تو یہ ہے کہ موجودہ صورت میں ان کا بلڈ پریشر اور زیادہ بڑھ سکتا ہے اور چون کہ یہ آپ کی والدہ کا معاملہ ہے۔ دوسری بات یہ ہے کہ جو دوائیں آپ کی والدہ کو دی جا رہی ہیں وہ موثر ثابت نہیں ہو رہی ہیں، لہذا بہت ضروری ہے کہ ان کا طبی معائنہ کرایا جائے، کیوں کہ معالج کو اس وقت تک صحیح صورت معلوم نہیں ہو سکے گی جب تک طبی معائنہ نہ ہو جائے۔ میرے خیال میں بلڈ پریشر کے مریضوں کا طبی معائنہ سال میں ایک یا دو مرتبہ کرنا چاہیے۔ اپنے معالج سے اس سلسلے میں دریافت کر لیں۔ اگر وہ معائنہ کرانے کے سلسلے میں عدم دلچسپی کا اظہار کریں تو آپ معالج تبدیل کرنے پر غور کریں۔

پاؤں میں گھٹے

میرے والد کی عمر ۳۵ سال ہے، ان کے پاؤں کی انگلیوں میں گھٹے ہیں جس کی وجہ سے چلنے میں کافی تکلیف ہوتی ہے۔ برائے مہربانی مجھے اپنے قیمتی مشورے سے فواید۔ جواب: یقیناً یہ ایک تکلیف دہ صورت ہے۔ ان گھٹوں پر نمک کے گرم پانی کی نگوڑ کے بعد مرہم سکونی لگاتے رہنے

سے تکلیف کم ہو جائے گی۔ ایک صورت جراثیم کی بھی ہے کہ ان گھٹوں کو سر جری سے نکلوا دیں اور پھر اس جگہ مسلسل مرہم لگاتے رہیں تاکہ وہاں دوبارہ جراثیم نہ ہو سکے۔

معدے کی تیزابیت

عمر ۲۳ برس، انجینئرنگ یونیورسٹی کا طالب علم ہوں۔ کوئی بھی غذا کھاتا ہوں تو معدے میں تیزابیت بڑھ جاتی ہے اور غذا کی نالی سے واپس ہو کر حلق تک آ جاتی ہے۔ میں اس کا بہت علاج کرا چکا ہوں، لیکن بے سود۔ (امیر حسین۔ پنڈی)

جواب: آپ کو نہایت درجہ احتیاط کرنی چاہیے۔ غالباً آپ کے معدے میں تیزابیت نے زخم ڈال دیا ہے۔ ہر قسم کی مرچ ایک ماہ کے لیے بالکل ترک کر دیجئے۔ دوا کے طور پر ماہنامہ عبقری کے دفتر سے ہاضم خاص منگو آکر استعمال کریں اور استعمال کا طریقہ لکھا ہوا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ چارٹ سے غذا نمبر 4، 5 استعمال کریں۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

مٹانے کی کمزوری

عمر ۲۰ سال، ایتنے کے بعد پیشاب کے قطرے گرتے ہیں جس کی وجہ سے نماز وغیرہ عبادات سے قاصر ہوں۔ ذہنی الجھن بھی بہت ہوتی ہے۔ ازراہ کرم اس سلسلے میں میری کچھ مدد فرمائیے۔ (ناصر شاہ۔ حافظ آباد)

جواب: بعض اوقات اپنی غلط کاریوں کی وجہ سے مٹانے کے منہ پر عضلہ ڈھیلا ہو جاتا ہے اور وہ پیشاب کو بلا ارادہ خارج کر دیتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں کہ آپ کا مٹانہ کمزور ہوا ہے۔ جوارش زرعوئی مغبری نے لیجئے۔ ۶ گرام صبح ۶ گرام رات کو کھائیے۔ پندرہ سے بیس دن میں عضلہ مٹانہ کی کمزوری دور ہو جائے گی چارٹ سے غذا نمبر 5، 6 کو ضرور استعمال کریں۔

کمر میں درد

عمر ۲۵ سال، چند ماہ پہلے شادی ہوئی ہے۔ فراغت کے بعد میری کمر میں درد شروع ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے پریشانی

اور شرمندگی ہوتی ہے۔ خدارا! میرے اس مسئلے کا کوئی شافی حل تجویز فرمائیں۔ (رع، کراچی)

جواب: آپ کو چاہیے کہ مغز پنبہ دانہ (بنولہ) سے فائدہ اٹھائیں، نہایت اچھی دوا ہے۔ ۹ گرام بنولہ کے بیج ذرا کوٹ کر رات کھولتے گرم پانی میں بھگو دیں۔ ہلا کر رکھ دیں۔ صبح نتھار کر اوپر کا پانی لے لیں۔ اس میں ایک چمچ شہد ملا کر نوش جان کر لیجئے۔ اس سے درد کو رفع ہو جائے گا۔ اگر فائدہ نہ ہو رہا ہو تو شام کو جو ہر شفاء مدینہ ایک چائے کے چمچ کے برابر گلاس نیم گرم پانی میں ملا کر ہفتہ دو ہفتہ پی لیں۔ آرام آجائے گا۔ زندگی میں اعتدال کو پوری اہمیت دینی چاہیے اور چارٹ سے غذا نمبر 2، 3 ضرور استعمال کریں۔

نہایت توجہ طلب

جوابی لفافے یا مٹی آرڈر پر پستہ نہایت واضح صاف، خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔ پستہ لکھا ہوا جوابی لفافہ اگر نہ بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پستہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں۔ (شکریہ)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، ہنر مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیمن، مرہ، آملہ، مرہ ہریڑ، مرہ بی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکینجین، جاسن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی مین والی، پننے، کرلیے، نماز، حلیم، بڑا قہوہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑی، مین کی روٹی، دار چینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے پننے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویر (مخفی)، مین کا حلوہ، عتاب کا قہوہ
غذا نمبر 3	غذا نمبر 4
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، مینگن، پکڑے، انڈے کا آلیٹ، دال مسور، نمائو کچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلیے، چائے، پشادری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ آم، مرہ اورک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، اورک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پیستہ، کھجور تازہ، خر بوڑھ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گل قند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ
غذا نمبر 5	غذا نمبر 6
کدو، شینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ، مٹھا، امرود، گرما، سردا، خر بوڑھ پیکا، مرہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، ہالائی، حلوہ سوچی، دودھ سویاں، مٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ، کسٹرڈ، جلی، برنی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بڑوری، شربت بخشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، کڈی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھجور، ساگوانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، سبجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، بکھن، میتھی لسی، الاچنی، بہی دانہ والا مٹھا دودھ، مالٹا، مسمی، مٹھا، الاچنی، کیلا، کیلے کا ملک فیک، آئس کریم، فالوہ، فردر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	غذا نمبر 8
اردی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار ہنریاں، سلاڈ کے پتے، سوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الاچنی، شربت گوند، گوند کثیر اور بانگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاڈ، دہی، بھلے، آلو چھو لے، بکنی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مرہ سیب، مرہ بہی، خمیرہ مردارید، ہنر بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

پریشان اور بد حال گھرانوں کے اچھے خطوط اور سلجھے جواب

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

تکلیفوں کو دیکھ کر جی چھوڑ بیٹھنا کم دلوں کا شیوہ ہے۔ زندگی میں کامیاب ہی وہ ہو سکتا ہے، جو آزمائشوں میں مسکراتا جانتا ہو۔ آپ خود کو ”مظلوم“ سمجھنا چھوڑ دیجیے یعنی منفی انداز فکر سے ذہن صاف رکھیے

احساس کتری

میں بی اے (فائنل) کا طالب علم ہوں اور عمر قریباً بیس برس ہے۔ میری ایک آنکھ کی پتلی پیدائشی طور پر میڑھی ہے یعنی میں بھیجے پن کا شکار ہوں۔ اس نقص کی وجہ سے مجھ پر احساس کتری نے بری طرح غلبہ پالیا ہے۔ دوستوں سے آنکھیں چار کرنے کی جرأت نہیں..... لڑکوں کے طعنے سن کر دل برداشتہ ہو جاتا ہوں اور سوچتا ہوں خودکشی کر لوں۔ لیکن اپنے اندر اس کی بھی ہمت نہیں پاتا۔ براہ نوازش مجھے بتائیں: کیا یہ خرابی دور ہو سکتی ہے یا ناقابل علاج ہے۔ اگر قابل علاج ہے تو آپریشن کرانا ہو گا یا کوئی اور طریقہ علاج بھی ہے؟ (اے۔ ایس۔ اے۔ راولپنڈی)

جواب: آپ کی اس پریشانی کا سبب صرف آنکھ کی خرابی ہے تو تشویش کی بات نہیں۔ یہ معمولی سی تکلیف ہے اور با آسانی علاج ہو سکتا ہے۔ مزید وقت ضائع کیے بغیر امراض چشم کے کسی ماہر سے رجوع کیجئے۔ فرصت ہو تو لاہور آجائیے اور کسی اچھے ماہر سے مشورے کیجئے۔ یہاں بڑے بڑے قابل سرجن ہیں جو اس مرض کا خوش اسلوبی سے علاج کر سکتے ہیں۔ مگر یاد رکھیں پرائیویٹ طور پر علاج کرانے میں مصارف زیادہ خرچ ہوں گے۔

غموں کا پہاڑ

میں پانچ سال سے فوج میں بحیثیت وائرس آپریٹر ملازم ہوں۔ فوجی ملازمت بڑے شوق سے اختیار کی تھی۔ والد صاحب فوت ہو چکے ہیں۔ گزشتہ سال والدہ صاحبہ بینائی سے محروم ہو گئیں۔ اس مصیبت نے میری کمر توڑ دی۔ گھریلو امور پہلے والدہ صاحبہ سنبھال لیتی تھیں۔ اب انکی ذمہ داری بھی میرے کندھوں پر آن پڑی۔ فوجی ملازمت کے ساتھ گھر والوں کی خبر گیری انتہائی مشکل ہے، اس لیے میں نے فوج سے ڈسچارج ہونے کا فیصلہ کر لیا..... ہر ممکن کوشش کی کہ باعزت طور پر فوج سے سبکدوش کر دیا جاؤں۔ مگر ایک بھی درخواست منظور نہ ہوئی۔ گزشتہ سال ایک اور غم کا پہاڑ ٹوٹ پڑا۔ میرا چھوٹا بھائی اسکول سے آتے ہوئے گم ہو گیا۔ اسے

تلاش کرنے کے لیے بہت بھاگ دوڑ کی۔ مگر ابھی تک کوئی سراغ نہیں ملا۔ میں سخت پریشان ہوں۔ زندگی سے جی بھر گیا ہے کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ کبھی کبھی جی میں آتا ہے خودکشی کر لوں، لیکن والدہ اور بھائی کا خیال کر کے اس ارادے سے باز رہتا ہوں (اوی۔ یو۔ محمد امین صدیقی۔ سرگودھا)

جواب: آپ نے جس پٹے کو اپنی مرضی سے اپنایا تھا، اس سے یوں پیچھا چھڑانا جو امرودی نہیں۔ زندگی میں مصائب و آلام سے ہر شخص کو واسطہ پڑتا ہے شاید ہی کوئی آدمی ایسا ہو جسے کوئی مصیبت درپیش نہ ہو مشکلات سے گزر کر اور طوفانوں سے ٹکرا کر ہی انسان کی زندگی چمکتی ہے۔ جو اس مردوں کا قول ہے۔

مصائب سے الجھ کر مسکراتا میری فطرت ہے مجھے ناکامیوں پر اٹک برسانا نہیں آتا

تکلیفوں کو دیکھ کر جی چھوڑ بیٹھنا کمزور دلوں کا شیوہ ہے۔ زندگی میں کامیاب ہی وہ ہو سکتا ہے، جو آزمائشوں میں مسکراتا جانتا ہو۔ آپ خود کو ”مظلوم“ سمجھنا چھوڑ دیجیے یعنی منفی انداز فکر سے ذہن صاف رکھیے۔ اپنے آپ کو ایسا باہمت جوان سمجھیے جس کے آگے بڑی سے بڑی آفت بھی نہ ٹھہر سکے۔ سوچنے کا ثبوت انداز اختیار کیجیے اسی میں آپ کی کامیابی کا راز مضمر ہے۔ ہر ایک کے سامنے گریہ و زاری کرنا اپنے کو ذلیل اور حقیر کرنا ہے۔ اس سے کوئی معقول نتیجہ نہیں نکلتا۔ یہ کوئی اچھی خواہش نہیں کہ لوگ آپ پر رحم کریں۔ اپنے جذبہ خودداری کو جگائے اور دل میں باقاعدہ زندگی بسر کرنے کی ٹھان لیجیے۔ آپ کو گھر والوں کے دکھ درد میں ضرور شریک ہونا چاہیے، مگر افسروں کے سامنے آہ و زاری نہ کیجیے۔ گم شدہ بھائی کی تلاش جاری رکھیے اور خدا کے حضور گڑگڑا کر دعا کیجیے۔ اس کی نظر کرم ہوگئی تو تمام مشکلیں حل ہو جائیں گی۔

انگریزی بول چال میں مہارت

میں ایک کالج میں زیر تعلیم ہوں۔ عمر قریباً اٹھارہ سال ہے۔ بچپن سے احساس کتری کا مریض ہوں۔ اسکول کے زمانے میں ماسٹر صاحب بار بار کہتے۔ اگر کوئی بات سمجھ میں نہیں آئی تو

پوچھ لو۔ دوسرے لڑکے بلا جھجک سوال پوچھتے، مگر مجھے کبھی حوصلہ نہ ہوتا۔ اب کالج میں بھی وہی کیفیت ہے۔ پروفیسر صاحب حوصلہ افزائی بھی کرتے ہیں کہ کلاس میں سوال کیا کرو مگر میں اپنے اندر اتنی ہمت نہیں کر پاتا۔ دوسرے ساتھی بڑھ چڑھ کر سوال جواب کرتے ہیں، میں خاموش بیٹھا رہتا ہوں۔ پروفیسر صاحب کوئی سوال پوچھیں تو عجیب کیفیت ہو جاتی ہے، دل دھڑکنے لگتا ہے، کچکی طاری ہو جاتی ہے اور زبان ساتھ نہیں دیتی۔ جواب آتا بھی ہو تو بیان نہیں کر سکتا۔ انگریزی میں کمزور ہوں۔ محنت بھی کرتا ہوں مگر کمزوری دور نہیں ہوتی۔ اس کے علاوہ طبیعت بڑی حساس ہے۔ معمولی سی بات کو بھی بہت اہمیت دیتا ہوں۔ حساس ہونا اچھی عادت ہے یا بری؟ احساس کتری سے بچنے اور انگریزی میں کمزوری دور کرنے کی ترکیب بتائیے۔ میں آپ کا ممنون ہو گا۔ (محمد اسلم کھوکھر۔۔۔ شرقپور)

جواب: کسی پروفیسر کو اعتماد میں لیجیے۔ لکچر کے دوران میں جوابات سمجھ میں نہ آئے اس کو بلا جھجک پوچھیں۔ اسی طرح باری باری دوسرے اساتذہ سے بھی علیحدگی میں ملے۔ ہر کالج میں ”ٹیوٹوریل“ اور گائڈز کے اوقات مقرر ہوتے ہیں۔ ان کا مقصد یہی ہوتا ہے کہ جو طالب کلاس میں سوال پوچھنے سے گھبراتے ہیں۔ ان کی حوصلہ افزائی کی جائے، چونکہ ان اوقات میں طلبہ کی تعداد برائے نام ہوتی ہے۔ اس لیے آپ کو سوالات پوچھنے اور (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر دیکھیں)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی نوٹک یا کسی طریقہ علاج کو آزمایا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، ہنسی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا ہے۔ یہ ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں، ہم نوٹک پلک سنوا لیتے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام بودہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ چارہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بذریعہ ای میل بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com



پیغمبر اسلام کے صحابہ کرام کا

غیر مسلموں سے حسن سلوک

خوش نصیب مسلمان ہم جس باخلاق نبی کے پیرو کار ہیں ان کا غیر مسلموں سے مندرجہ ذیل سلوک کیا تھا ہم اپنے گریبان میں حمایتیں، ہمارا عمل، سوچ اور جذبہ غیر مسلموں کے بارے میں کیا ہے؟ فیصلہ آپ خود کریں۔

عیسائیوں اور یہودیوں کے متعلق رواداری پر مبنی جو رویہ مسلمانوں کا رہا ہے، اس کے متعلق تین واقعات خاص طور پر قابل ذکر ہیں، آنحضرت ﷺ کا مدینے کے یہود سے معاہدہ کرنا۔ نجران کے عیسائیوں کو آزادی کا منشور دینا اور فلسطین کی فتح کے بعد حضرت عمرؓ کی جانب سے ایلیناء کے باشندوں کو آزادی کا منشور پیش کرنا۔ اسی طرح آذربائیجان، جرجان اور مدائن کے شہریوں کو جو انان نامے حضرت عمرؓ نے دیے، وہ بھی ایسے ہی تھے۔ ان معاہدوں کی بنیادی شقیں یہ تھیں۔

ذمیوں کی جان و مال مسلمانوں کی طرح ہے ☆ مذہبی اعتبار سے بھی انہیں بالکل امان حاصل ہے ☆ ان کا مذہب بدلا جائے گا اور نہ ہی ان کے مذہبی امور میں دست درازی کی جائے گی ☆ ان کے گرجاؤں میں سکونت اختیار کی جائے گی اور نہ ہی انہیں ڈھایا جائے گا اور نہ ان کے صلیبوں اور مال میں کچھ کی جائے گی، اگر یہ لوگ برابر جزیہ دیتے رہیں۔ تاہم اس میں مذہبی قوانین کی حفاظت اور ان کے مطابق زندگی بسر کرنے اور ان کے مقدمات کے فیصلہ کرنے کی آزادی بھی شامل تھی۔

حضرت عمرؓ نے حضرت ابوعبیدہؓ کو شام کی فتح کے بعد جو فرمان لکھا، اس میں یہ الفاظ تحریر تھے۔ ”مسلمانوں کو ذمیوں پر ظلم کرنے اور انہیں نقصان پہنچانے سے باز رکھنا اور ان کے مال و جائیداد کی حفاظت کرنا اور تمام شرائط کو پورا کرنا۔ حضرت عمرؓ نے بنیادی حقوق کے حوالے سے مسلمان اور غیر مسلم کے درمیان کوئی امتیاز نہیں رکھا تھا۔ غیر مسلموں کو جان و مال اور جائیداد سے متعلق جو حقوق حضرت عمرؓ نے دیے، اس پر پوری طرح عمل بھی کروایا۔ چنانچہ شام کے ایک عیسائی کاشت کار نے شکایت کی کہ مسلمانوں کی فوج نے اس کی کھیتی کو پامال کر دیا۔ حضرت عمرؓ نے فی الفور اسے دس ہزار درہم معاوضہ دلویا اور متعلقہ حکام کو تاکید فرماں جاری کیا کہ غیر مسلموں پر کسی طرح کی زیادتی نہ ہونے پائے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

پُرکشش آنکھیں اور سستی کا مہلی دور

نماز میں قیام کرنا گھٹنوں، ٹخنوں اور پیروں سے اوپر پنڈلیوں، پنجوں اور ہاتھ کے جوڑوں کو قوی کرنا ہے، جوڑوں کے درد کو ختم کرتا ہے لیکن شرط یہ ہے کہ جسم سیدھا رہے اور ٹانگوں میں خم واقع نہ ہو

رکوع سے جگر کے امراض کا خاتمہ:

جبکہ رکوع میں دونوں ہاتھ اس طرح گھٹنوں پر رکھے جائیں کہ کمر بالکل سیدھی رہے اور گھٹنے جھکے ہوئے نہ ہوں اس عمل سے معدے کو قوت پہنچتی ہے۔ نظام انہضام درست ہوتا ہے، قبض دور ہوتی ہے، معدے کی دوسری خرابیاں نیز آنتوں اور پیٹ کے عضلات کا ڈھیلا پن ختم ہو جاتا ہے۔ رکوع جگر اور گردوں کے افعال میں درستگی پیدا کرتا ہے۔ اس عمل سے کمر اور پیٹ کی چربی کم ہو جاتی ہے، خون کا دورانیہ تیز ہو جاتا ہے۔ چونکہ دل اور سر ایک سیدھ میں ہو جاتے ہیں اس لیے دل کے لئے خون کو سر کی طرف پس کرنا آسان ہو جاتا ہے۔ اس طرح دل کا کام کم ہو جاتا ہے اور اسے آرام ملتا ہے جس سے دماغی صلاحیتیں اجاگر ہونے لگتی ہیں۔ دوران رکوع چونکہ ہاتھ نیچے کی طرف جاتے ہیں اسلئے کندھوں سے لے کر ہاتھ کی انگلیوں تک پورے حصے کی ورزش ہو جاتی ہے۔ اس سے بازو کے پٹھے (Muscles) طاقتور ہو جاتے ہیں اور جو فاسد مادے بڑھاپے کی وجہ سے جوڑوں میں جمع ہو جاتے ہیں وہ از خود خارج ہو جاتے ہیں۔

پیٹ کم کرنے کیلئے:

رکوع کے بعد سیدھے کھڑے ہو کر ہم سجدے میں جاتے ہیں۔ سجدے میں جانے سے پہلے ہاتھ زمین پر رکھے جاتے ہیں (خاص طور پر خواتین کیلئے) یہ عمل ریزہ کی ہڈی کو مضبوط اور لچکدار بناتا ہے اور خواتین کے اندرونی اعصاب کو تقویت بخشتا ہے۔ اگر رکوع کے بعد سجدے میں جانے کی حالت میں جلدی نہ کی جائے تو یہ اندرونی جسمانی اعضاء کیلئے نعمت غیر مترقبہ ورزش ثابت ہوتی ہے۔ سجدہ کی حالت ایک ورزش ہے جو رانوں کے زائد گوشت کو گھٹاتی ہے اور جوڑوں کو کھلتی ہے۔ اگر کولہوں کے جوڑوں میں خشکی آجائے یا چکنائی کم ہو جائے تو اس عمل سے یہ کمی پوری ہو جاتی ہے اور بڑھا ہوا پیٹ کم ہو جاتا ہے۔ مناسب پیٹ سے جسم سڈول اور خوبصورت لگتا ہے۔

سائنس نے اسلام کو کیسے مانا؟

نماز ہائی بلڈ پریشر کا علاج:

نماز قائم کرنے کیلئے ہم سب سے پہلے وضو کا اہتمام کرتے ہیں۔ وضو کے دوران جب ہم اپنا چہرہ اور کہنیوں تک ہاتھ دھوتے ہیں، پاؤں دھوتے ہیں اور سر کا مسح کرتے ہیں تو ہمارے اندر دوڑنے والے خون کو ایک نئی زندگی ملتی ہے، جس سے ہمیں سکون ملتا ہے۔ اس تسکین سے ہمارا سارا اعصابی نظام متاثر ہوتا ہے۔ پرسکون اعصاب سے دماغ کو آرام ملتا ہے۔ اعضائے رئیسہ، سر، پیچھے، دل اور جگر وغیرہ کی کارکردگی بحال ہوتی ہے۔ ہائی بلڈ پریشر کم ہو کر نارمل ہو جاتا ہے، چہرے پر رونق اور ہاتھوں میں رعنائی اور خوبصورتی آ جاتی ہے۔ وضو کرنے سے اعصاب کا ڈھیلا پن ختم ہو جاتا ہے، آنکھیں پرکشش ہو جاتی ہیں، سستی کا مہلی دور ہو جاتی ہے۔ آپ کبھی بھی تجربہ کر سکتے ہیں کہ ہائی بلڈ پریشر کے مریض کو وضو کرائیں تو بلڈ پریشر کم ہو جائے گا۔

گنٹھیا کا علاج قیام کے ذریعے:

گنٹھیا یا جوڑوں کے دردوں کا علاج نماز میں ممکن ہے۔ جب ہم وضو کرنے کے بعد نماز کیلئے کھڑے ہوتے ہیں تو پہلے ہمارا جسم ڈھیلا ہوتا ہے لیکن جب نماز کی نیت کیلئے ہاتھ اٹھاتے ہیں تو قدرتی طور پر جسم میں تناؤ پیدا ہو جاتا ہے۔ اس حالت میں آدی کے اوپر سے سفلی جذبات کا زور ٹوٹ جاتا ہے۔ سیدھے کھڑے ہونے سے ام الدماغ سے روشنیاں چل کر ریزہ کی ہڈی سے ہوتی ہوئی پورے اعصاب میں پھیل جاتی ہیں۔ یہ بات سب جانتے ہیں کہ جسمانی صحت کیلئے ریزہ کی ہڈی کو ایک ممتاز مقام حاصل ہے اور عمدہ صحت کا دار و مدار ریزہ کی ہڈی کی چلک پر ہے۔ نماز میں قیام کرنا گھٹنوں، ٹخنوں اور پیروں سے اوپر پنڈلیوں، پنجوں اور ہاتھ کے جوڑوں کو قوی کرتا ہے، گنٹھیا کے درد کو ختم کرتا ہے لیکن شرط یہ ہے کہ جسم سیدھا رہے اور ٹانگوں میں خم واقع نہ ہو۔

شک نہ کریں

ہر وقت اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے ذیل کی آیت کا ورد جاری رکھا جائے تو انسان اپنے رزق سے بے نیاز ہو جاتا ہے

فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ

عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ ۝

(سورہ توبہ کی آیت نمبر 129) ایک ایسی نعمت ہے جس کا کوئی

حد و حساب نہیں۔ توجہ یا غیر توجہ کے ساتھ جس طرح جی

چاہے پڑھے۔ ساتویں دن سے اس کا اثر ہونا ظاہر ہو جاتا

ہے۔ جتنی مرتبہ پڑھا جائے پڑھو اور ہمیشہ پڑھتے رہو۔

پھر قدرتِ خدا کا تماشا دیکھو۔ دین و دنیا کے کام کس طرح

سداہرتے چلے جاتے ہیں۔ دوسرے اعمال میں یکسوئی قلب

اور پوری توجہ کی ضرورت ہے لیکن یہ آیت شریف ان سب

باتوں سے بے نیاز ہے۔ کسی طرح پڑھو، اثر ضرور ظاہر ہوگا۔

بلکہ اگر ہر وقت اٹھتے بیٹھتے، چلتے پھرتے اس کا ورد رکھا جائے

تو انسان بے نیاز ہو جاتا ہے۔ بحرب الحرجب ہے اور شک

کرنے سے اس کا اثر ضائع ہونے کا خطرہ ہے۔ اس آیت

شریف میں ایک خاص تاثیر ہے۔ کوئی چل نہیں، کوئی پابندی

نہیں، خدا کی قسم وہ شخص بد قسمت ہے جو اس آیت شریف

کے ورد سے محروم ہے۔ درمیان میں کسی کسی وقت کوئی بھی

درد و شریف جتنی مرتبہ دل چاہے پڑھتے رہو۔ اگر اس کے

ساتھ اس کے پہلے کی (آیت نمبر 128) بھی ملائی جائے تو

مزید فوائد ظہور میں آئیں گے۔ ان شاء اللہ تعالیٰ۔

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ عَزِيزٌ

عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِينَ

رُؤُفٌ رَحِيمٌ ۝

☆ اگر کوئی شخص ہر روز کم از کم ایک سو مرتبہ اول و آخر چند بار

درد و شریف کے ساتھ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ پڑھ لیا کریگا۔ وہ ہمیشہ دولت مند رہیگا۔

کبھی محتاجی کا منہ نہیں دیکھے گا۔

ایسے بے مثال با کمال و عائف اور عملیات کے لیے

کالی دنیا کا لاج و کتاب پڑھیں۔

بیماریوں اور لاعلاج روگوں کے لیے تیر بہدف ٹوٹکے

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لیے ضروری ٹوٹکے استعمال کریں

کی گولیاں بنائیں۔ بوقت ضرورت دو گولیاں منہ میں رکھ کر

چوسیں۔ بہت مفید ہے۔ گولیاں چبانی نہیں ہیں۔

برص کے لیے: ہالون اور کلونچی ہم وزن لیکر توڑے پر جلا

لیں پھر پیس کر سر کے میں ملا کر مرہم بنالیں۔ کچھ دنوں تک

لگائیں افادہ ہوگا۔ اسکے ساتھ ساتھ ہالون اور کلونچی کا سفوف

شہد + پانی کے ساتھ 1/2 چائے کا چمچ لیتے رہیں۔

جوڑوں کا درد: ایک کلو اڑڈی دال چار لیٹر پانی میں

بھگو کر رکھ دیں۔ صبح اس پانی کو اٹھنے دیں۔ جب پانی ایک

چوتھائی رہ جائے تو اتار کر چھان لیں۔ اب اس میں آدھا لیٹر

تل کا تیل اور 125 گرام نمک ڈال کر اتنا پکائیں کہ پانی

سوکھ جائے صرف تیل رہ جائے ٹھنڈا ہونے پر بوتل میں ڈال

کر محفوظ کر لیں۔ یہ تیل گھٹنوں، کندھے اور جوڑوں کے درد

میں بہت مفید ہے۔

دانتوں کے لیے منجن: برگد کی چھال، کالی مرچیں اور

کستھ برابر مقدار میں الگ الگ پیسیں اور ملا کر رکھ لیں۔

رات کو سونے سے پہلے دانتوں پر ملیں دانتوں کی چمک اور

مضبوطی کے لیے بہترین منجن ہے۔

چہرے کے ناپسندیدہ بالوں کے لیے: قطب شیریں،

کونکے کی سفید راکھ، بھنگری تینوں چیزیں 10-10 گرام

لیں۔ پیس کر ایک کپ میدے میں ملا کر رکھ لیں۔ تقریباً

کے بعد حسب ضرورت لیکر عرقِ گلاب ڈالکر پیسٹ بنائیں

اور بالوں کی جگہ پر لگائیں۔ دس پندرہ منٹ بعد دھو لیں۔

ایک ماہ مسلسل کرنے سے بال نہیں آئیں گے۔ اگر آئیں تو

انکی تعداد کم ہوگی۔

بچوں کا سوکھاپن: آلو باریک کاٹ کر سائے میں سکھائیں۔

ہلکی آج پر بھون لیں پھر پیس کر رکھ لیں۔ یہ سفوف بچوں کو

کھلائیں (3 سے ۸ سال تک کے بچوں کے لیے) اگر بچہ کھانا

شروع کر دے تو پھر انہیں سفوف دینے کی ضرورت نہیں بلکہ

آلو ہی کھلانا چاہیے۔ یہ خیال رہے کہ دھوپ میں پڑے ہوئے،

شاخیں نکلے آلو اور چھوٹے چھوٹے آلو استعمال نہ کریں۔

(مراسلہ: رفعت خانم۔ فیصل آباد)

بالچر کی بیماری کے لیے ایک بزرگ کا بتایا ہوا نسخہ

خالص سرسوں کا تیل ایک پاؤ لیکر اسے اٹھین لیس سٹیل کے

برتن میں ڈال کر پکائیں۔ جب دھواں اٹھنے لگے تو اس میں

تین عدد جو تکیں ڈال دیں۔ جل کر سیاہ ہو جائیں تو آگ بند

کر دیں۔ ٹھنڈا ہونے پر اچھی طرح ہاتھ سے جو کون کو ملیں

اور تیل میں رہنے دیں سر پر متاثرہ حصوں پر لگائیں دن میں

دو یا تین مرتبہ۔ آزمودہ ہے۔

خونی بواسیر: خونی بواسیر کے لیے ثابت ہلدی لیکر کوٹڈی

ڈنڈے سے موٹا موٹا پیس لیں۔ صبح نہار منہ ایک چمکی تازہ

پانی کے ساتھ کھائیں۔ آدھ گھنٹے کے بعد ناشتہ کریں۔ 7 دن

میں تکلیف رفع ہو جائے گی۔ آزمودہ ہے۔

پیدائی کے لیے: غسل کرنے سے پہلے پاؤں کے

انگوٹھوں پر سرسوں کا تیل ملیں، کبھی نظر کمزور نہیں ہوگی۔ عمر

چاہے سو سال سے تجاوز کر جائے۔

امراضِ جگر کے لیے: کوئی بھی جگر کا مسئلہ ہو تو رات کو

مولی چمیل کر شبنم میں رکھ دیں صبح نہار منہ یہ مولی کھائیں۔

3 ہفتے بعد آپ کسی بھی ڈاکٹر سے معائنہ کروائیں۔ جگر کے

کبھی امراض سے نجات پانچے ہوں گے۔

اندرونی چوٹ کے لیے: اگر سخت اور پرانی اندرونی

چوٹ ہے تو جوت جی، آمہا ہلدی، سمندری بھین، میدہ، کستھ

سب چیزیں ایک ایک تولہ لیں باریک پیس لیں۔ ذرا سے پانی

میں ڈال کر ابالیں۔ گاڑھا ہو جائے تو اتار کر قابل برداشت

اس چوٹ والی جگہ پر لپ کر دیں اور سرسوں کا تیل لگائیں۔

انڈولے کے پتے اور پر رکھ کر روٹی باندھ دیں۔ ایک رات کو

لیپ کریں تو دوسرا لپ دوسری رات کو کریں۔ 3 مرتبہ کرنے

سے سخت ترین اور پرانی چوٹوں کے کرب کا نشان بھی باقی

نہیں رہتا۔

دمہ اور کھانسی کے لیے: ایک پاؤ بزرگ اڑوسہ، ڈیڑھ لیٹر

پانی میں اتنا پکائیں کہ پانی ایک پاؤ رہ جائے پھر کپڑے سے

چھان لیں۔ پرانا گڑ 2 تولہ ڈال کر اس قدر پکائیں کہ گاڑھے

توام کی شکل اختیار کرے۔ تھوڑا ٹھنڈا ہونے پر پینے کے سائز

آپ کا خواب اور تعبیر

حرام آمدنی سے اجتناب

(ارم رحمانی۔۔۔ پنڈی)

خواب: میری خالہ نے خواب میں دیکھا کہ میں اپنے میکے میں ہوں ایک لڑکی دوڑتی ہوئی آتی ہے کہتی ہے تمہارے بچے مر گئے ہیں۔ بڑی بیٹی زمین پر پڑی ہے اور چھوٹی بیٹی لاپتہ ہے۔ بڑا بیٹا میرے بھائی کے پاس ہے اور چھوٹے کو نوکرائی لا کر مجھے گود میں دے دیتی ہے، وہ بھی قریب المرگ ہے۔ میں بہت پریشان ہوتی ہوں اتنے میں آواز آتی ہے کہ تجھے بی بی فاطمہ بلارہی ہیں۔ میں کمرے میں جاتی ہوں وہ چادر میں ڈھکی ہوتی ہیں۔ صرف چہرہ نظر آ رہا ہوتا ہے باقی کمرے میں اندھیرا ہوتا ہے میرا دل اداس ہوتا ہے ان کی طرف خاص توجہ نہیں دیتی۔ مجھے کہتی ہیں درود شریف پڑھو تو تمہارے بچے بچ جائیں گے۔ پڑھو صلی اللہ علیہ وسلم۔ میں صبح اٹھی، نماز پڑھی اور درود شریف پڑھا۔

تعبیر: آپ کے خواب کی ایک تعبیر تو وہ ہی ممکن ہے جو آپ نے دیکھ لی کیونکہ وہ رشتے بھی اولاد کے ہوتے ہیں۔ البتہ دوسری صورت یہ ہے کہ خود آپ کے بچوں کو کوئی نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ آپ لوگ غالباً بچوں کی پرورش حرام آمدنی سے کر رہے ہیں۔ اس سے سخت اجتناب کی ضرورت ہے اور رزق حلال کا سخت اہتمام کریں۔ ان شاء اللہ ہر طرح کی بلاؤں سے حفاظت رہے گی۔ خصوصاً درود شریف کی تین تسبیح کی پابندی کریں بلکہ حضرت لدھیانوی صاحب کی مرتب کردہ کتاب ”ذریعہ الوصول الی جناب الرسول صلی اللہ علیہ وسلم“ کی ایک منزل درود شریف پڑھ کر عافیت کی دعا کر لیا کریں۔ واللہ اعلم

بیٹے کی پیدائش

(محمد اسرار خان۔۔۔ پشاور)

خواب: ایک خوبصورت عورت کو دیکھتا ہوں اس کے ساتھ اس کا شوہر بھی ہوتا ہے۔ غالباً کار میں آتے ہیں اس کے پاس ڈیڑھ دو سال کا ایک بہت خوبصورت بچہ ہوتا ہے مجھ سے کچھ تم (یا نہیں کتنی تھی) لنگر بچہ میرے ہاتھ فروخت کر دیتے ہیں۔ جس سے مجھے بے حد خوشی ہوتی ہے اور وہ لوگ چلے جاتے ہیں یعنی وہ عورت اور اس کا شوہر۔ خواب میں نظر

آنحالی عورت کی شکل اب بھی آنکھوں کے سامنے ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے گھر بیٹے پیداؤں ہوگی اور وہ خوب خیر و برکت والا ہوگا۔ باقی آپ کا اندیشہ صحیح نہیں۔ اللہ آپ کی المیہ کی حفاظت فرمائے گا البتہ خواب میں یہ اشارہ ضرور ہے کہ آپ فوری کچھ مالی صدقہ دیدیں۔ تاکہ بیوی بچہ دونوں ہر طرح کی مصیبت سے محفوظ رہیں۔ بصورت دیگر پریشانی بھی آسکتی ہے۔ اللہ عافیت رکھے۔ واللہ اعلم

رشتہ اچھا نہیں

(غ۔ب۔ج۔۔۔ ابوظہبی)

خواب: میں نے اپنے چھپے استخارے کے نتیجے میں دیکھا۔ خواب کی تفصیل کچھ یوں ہے کہ فجر کی اذان ہو چکی ہے اور صبح کا نور پھیلا ہوا ہے اتنے میں میرے کانوں میں میری چھوٹی بہن کی آواز آتی ہے کہ آپ اس شادی کے متعلق کیوں سوچ رہی؟ ایسا کیسے ہو سکتا؟ اس جملے کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کے خوابوں کے مطابق یقیناً یہ رشتہ آپ کے حق میں ہرگز اچھا نہیں بلکہ ساری زندگی کی پریشانی اور بے سکونی کا پیش خیمہ ہے۔ اس لیے آپ اس رشتے سے سخت اجتناب کریں اور ہر طرح کا خیال دل سے نکال کر مشیت خداوندی پر راضی رہیں۔ وہ بہتر انتظام کر دے گا۔ واللہ اعلم

من پسند رشتہ

(عائشہ۔۔۔ لاہور)

خواب: میں نے دیکھا کہ میری شادی میرے منگیتر سے ہوگئی ہے۔ میری دولہائیاں ہیں اور میں پھر امید سے ہوں۔ میری چھوٹی بیٹی پریشان کرتی ہے تو میں بڑی بیٹی سے کہتی ہوں کہ اس کو اس کی چھو بھوکے پاس لے جاؤ۔ اتنے میں میرا شوہر آتا ہے میں ان سے باتیں کرتی ہوں اور پھر آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: اللہ آپ کو ایسا رشتہ عطا کرے گا جو آپ کی مرضی اور من پسند کا ہوگا۔ جس سے اولاد کی دولت بھی نصیب ہوگی اور مال و اولاد میں برکت نصیب ہوگی۔ البتہ کبھی بکھار دینی الجھن ہو سکتی ہے۔ مگر اس سے پریشان نہ ہوں۔ واللہ اعلم۔

اسباب توکل کے خلاف نہیں

(شیم اختر۔۔۔ ہارون آباد)

خواب: خواب دیکھا کہ میں کہیں جا رہی ہوں میرے پاؤں میں دوکانے چبھ جاتے ہیں۔ کانٹے اتنے لمبے ہیں کہ وہ پاؤں کی دوسری جانب سے باہر آ رہے ہیں میری بہن جو کراچی میں رہتی ہیں، آتی ہیں ایک کانٹا نکال دیتی ہیں۔ مگر جب وہ دوسرا کانٹا لگتی ہیں تو تکلیف بہت ہوتی ہے۔ میں انہیں منع کر دیتی ہوں لہذا وہ کانٹا اوپر سے کاٹ دیتی ہیں باقی کانٹا اندر رہ جاتا ہے۔

تعبیر: اگر آپ غیر شادی شدہ ہیں تو آپ کے دور رشتے آئیں گے، دونوں شخص برے اخلاق کے مالک، بدکردار ہو جائیں گے۔ ان میں سے ایک کو صاف انکار کر دیا جائے گا جس کی وجہ آپ کی بہن بھی بن سکتی ہے اور دوسرے رشتے سے بھی آپ کی بہن تقریباً انکار کر دے گی مگر وہ آپ کو کچھ نقصان پہنچانے کی کوشش کرے گا اور ایک حد تک کامیاب بھی ہو جائے گا اس لیے اس سلسلہ میں سوچ سمجھ کر فیصلہ کیجئے گا۔ البتہ یہ بھی اشارہ ہے کہ آپ خالق و مالک سے زیادہ مخلوق پر اعتماد کرنے کی عادی ہیں اور ظاہری اسباب کو اصل سمجھتی ہیں جبکہ حقیقت کچھ اور ہے۔ جس پر ہر مسلمان کا ایمان ہے کہ ظاہری اسباب کا نقشہ محض دنیاوی تصور ہے درنہ در حقیقت کار فرمائی رب کائنات کی ہوتی ہے اور یہ رب کائنات کی سنت ہے کہ اپنی قدرت کا مظاہرہ ظاہری اسباب پر کرتے ہیں۔ اسی لیے ہمیں اسباب اختیار کرنے کا حکم ہے لیکن ان کو اصل سمجھنا غلط ہے اور آپ اس غلطی کی شعور ہیں۔ اس سے توبہ کریں اور اپنے تصور کو درست کریں کہ اصل کار فرمائی اللہ تعالیٰ کی ہے اور اسباب اختیار کر کے اللہ پر نگاہ رکھنا بندگی کا تقاضہ ہے نیز اسی کو توکل کہتے ہیں۔ نہ یہ کہ اسباب کو ترک کر دینا توکل ہے۔ واللہ اعلم۔

قارئین کی قیمتی رائے

قارئین اپنی قیمتی آراء ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں۔ Ubqari@hotmail.com

ساس، سر سے نار و اسلوک * اولاد کے لیے رشتے * بیٹے کی تلاش * معاشی تنگدستی اور گھریلو نا اتفاقی

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معارضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے یہ لکھا ہوا ہے جوابی لفافہ ہمارا ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا نیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

چار سال سے بے اولاد

سوال: جناب حکیم صاحب! یہ میری دوسری شادی ہے اور میرے میاں ایک بنک میں ملازم ہیں۔ شادی کو چار سال سے زیادہ عرصہ گزر چکا ہے۔ لیکن ابھی تک اولاد نہیں ہوئی۔ سخت پریشانی ہے۔ کیونکہ مجھے ہر طرف سے عجیب و غریب نظروں اور باتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اب تو میرے میاں کا بھی رویہ تبدیل ہو گیا ہے اور ان کی نظریں بدل چکی ہیں۔ حکیم صاحب! آخر اس میں میرا کیا تصور ہے؟ اللہ تعالیٰ کا حکم نہیں ہے ورنہ میں کیا کر سکتی ہوں۔ کئی طرح کے علاج، ٹیسٹ وغیرہ کرائے ہیں، لیکن علاج، احتیاط اور ہر تدبیر کے بعد بھی فائدہ نہیں ہوا۔ آپ میرے علاج کے سلسلے میں توجہ فرمائیں۔ کیونکہ میرا خیال ہے کہ شاید میری بہن یعنی خاوند کی پہلی بیوی نے باندھا ہوا ہے اور میں بے بس ہو چکی ہوں۔ مجھے اس کا کوئی روحانی علاج چاہئے۔ (حنابل، حیدر آباد)

جواب: محترمہ! اولاد ملنا یا نہ ملنا اسکا تعلق کسی علاج، انسان یا ٹوٹے سے ہرگز ہرگز نہیں، بلکہ صرف اللہ تعالیٰ کے حکم سے ہے۔ ہاں علاج اور تدبیر سنت سمجھ کر ضرور کی جائے۔ اس ضمن میں ایک موثر علاج یعنی روحانی تدبیر عرض ہے۔ اگر آپ محنت کریں تو بے شمار لوگوں کو فائدہ ہوا ہے اور واقعی وہ تندرست ہو گئے ہیں۔ ناف کے گرد دائرہ بنا کر اللہ تعالیٰ کا اسم صفت "یا مبین" 70 بار پڑھیں۔ یعنی انگلی سے ناف کے ارد گرد دائرہ بھی بنائیں اور پڑھتے بھی جائیں، اس طرح صبح و شام چالیس دن کریں۔ انشاء اللہ نہایت کرم ہوگا اور بیٹا ملے گا۔

ساس، سر سے نار و اسلوک

سوال:- جناب میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے دو بیٹے، پانچ بیٹیاں ہیں۔ تمام شادی شدہ ہیں۔ ہم دو میاں بیوی عمر رسیدہ ہیں لیکن صورتحال یہ ہے کہ ہم میاں بیوی کے لیے زمین کے کسی کونے میں جگہ نہیں ہے۔ اسکی وضاحت یہ ہے ہم نے سوچ سمجھ کر اور کوشش کر کے اپنی طرف سے نیک اور شریف

بہو دیں لائے۔ دو بیٹے اسی گھر میں رہتے ہیں اور دو بیٹے علیحدہ۔ لیکن جب سے گھر میں بہویں آئی ہیں ہم میاں بیوی کا رہنا کبھی بھی پسند نہیں کیا گیا۔ قدم قدم پر ہمیں پریشان کیا گیا۔ ایک کمرہ تھا جس میں ہم بوڑھا بوڑھی رہتے تھے، وہ بھی ہم سے خالی کروا لیا گیا۔ ہم برآمدے میں رہنے لگے۔ اب دن رات یہ کوشش ہے کہ ہم برآمدہ بھی چھوڑ دیں اور گھر سے نکل جائیں اور اپنی کسی بیٹی کے ہاں جا کر رہ لیں۔ ہم کیا کریں؟ ساری زندگی جس گھر کو بنایا، جس گھر میں رہے، اولاد کی پرورش کی، آج وہی بیٹے بیویوں کے نشے میں ہماری نہیں سنتے بلکہ ہمیں گھر چھوڑنے پر مجبور کر رہے ہیں اور کئی دفعہ تو بیٹوں نے کھلے الفاظ میں کہہ دیا آپ ہماری بہنوں کے ہاں جا کر رہیں۔ ہم کہاں جائیں؟ ہمارا سہارا واحد یہ گھر ہے۔ ہم عاجز لوگ کہاں جائیں؟ رورور کر میری آنکھیں تقریباً ختم ہو گئی ہیں اپنا کھانا پینا خاوند کی پنشن کی وجہ سے خود کرتے ہیں۔ (بلیٹس خضدار)

جواب:- محترمہ! اس جی آپ کا خط پڑھ کر دل بھر آیا اور آنکھوں سے آنسو چھلک گئے۔ کیسی حیرت انگیز بات ہے کہ جو والدین بچوں کو پالتے ہیں اور وہی بچے جوان ہو کر بچوں والے بن گئے۔ آخر وہ والدین کو نہیں سنبھال سکتے۔ اتنی شرمناک اور عبرت انگیز داستان ہے کہ ایسا یورپ میں اور امریکہ میں تو سنائی تھا لیکن پاکستان میں بھی یہ حالات دیکھنے کو مل رہے ہیں۔ بہر حال آپ صبر کریں اور اس گھر کو نہ چھوڑیں۔ مندرجہ ذیل وظیفہ کثرت سے پڑھیں اور صبح و شام اول آخورد و شریف اور 31: 1۔ 3۔ 5۔ 7۔ 9۔ 11۔ 13۔ 15۔ 17۔ 19۔ 21۔ 23۔ 25۔ 27۔ 29۔ 31۔ 33۔ 35۔ 37۔ 39۔ 41۔ 43۔ 45۔ 47۔ 49۔ 51۔ 53۔ 55۔ 57۔ 59۔ 61۔ 63۔ 65۔ 67۔ 69۔ 71۔ 73۔ 75۔ 77۔ 79۔ 81۔ 83۔ 85۔ 87۔ 89۔ 91۔ 93۔ 95۔ 97۔ 99۔ 101۔ 103۔ 105۔ 107۔ 109۔ 111۔ 113۔ 115۔ 117۔ 119۔ 121۔ 123۔ 125۔ 127۔ 129۔ 131۔ 133۔ 135۔ 137۔ 139۔ 141۔ 143۔ 145۔ 147۔ 149۔ 151۔ 153۔ 155۔ 157۔ 159۔ 161۔ 163۔ 165۔ 167۔ 169۔ 171۔ 173۔ 175۔ 177۔ 179۔ 181۔ 183۔ 185۔ 187۔ 189۔ 191۔ 193۔ 195۔ 197۔ 199۔ 201۔ 203۔ 205۔ 207۔ 209۔ 211۔ 213۔ 215۔ 217۔ 219۔ 221۔ 223۔ 225۔ 227۔ 229۔ 231۔ 233۔ 235۔ 237۔ 239۔ 241۔ 243۔ 245۔ 247۔ 249۔ 251۔ 253۔ 255۔ 257۔ 259۔ 261۔ 263۔ 265۔ 267۔ 269۔ 271۔ 273۔ 275۔ 277۔ 279۔ 281۔ 283۔ 285۔ 287۔ 289۔ 291۔ 293۔ 295۔ 297۔ 299۔ 301۔ 303۔ 305۔ 307۔ 309۔ 311۔ 313۔ 315۔ 317۔ 319۔ 321۔ 323۔ 325۔ 327۔ 329۔ 331۔ 333۔ 335۔ 337۔ 339۔ 341۔ 343۔ 345۔ 347۔ 349۔ 351۔ 353۔ 355۔ 357۔ 359۔ 361۔ 363۔ 365۔ 367۔ 369۔ 371۔ 373۔ 375۔ 377۔ 379۔ 381۔ 383۔ 385۔ 387۔ 389۔ 391۔ 393۔ 395۔ 397۔ 399۔ 401۔ 403۔ 405۔ 407۔ 409۔ 411۔ 413۔ 415۔ 417۔ 419۔ 421۔ 423۔ 425۔ 427۔ 429۔ 431۔ 433۔ 435۔ 437۔ 439۔ 441۔ 443۔ 445۔ 447۔ 449۔ 451۔ 453۔ 455۔ 457۔ 459۔ 461۔ 463۔ 465۔ 467۔ 469۔ 471۔ 473۔ 475۔ 477۔ 479۔ 481۔ 483۔ 485۔ 487۔ 489۔ 491۔ 493۔ 495۔ 497۔ 499۔ 501۔ 503۔ 505۔ 507۔ 509۔ 511۔ 513۔ 515۔ 517۔ 519۔ 521۔ 523۔ 525۔ 527۔ 529۔ 531۔ 533۔ 535۔ 537۔ 539۔ 541۔ 543۔ 545۔ 547۔ 549۔ 551۔ 553۔ 555۔ 557۔ 559۔ 561۔ 563۔ 565۔ 567۔ 569۔ 571۔ 573۔ 575۔ 577۔ 579۔ 581۔ 583۔ 585۔ 587۔ 589۔ 591۔ 593۔ 595۔ 597۔ 599۔ 601۔ 603۔ 605۔ 607۔ 609۔ 611۔ 613۔ 615۔ 617۔ 619۔ 621۔ 623۔ 625۔ 627۔ 629۔ 631۔ 633۔ 635۔ 637۔ 639۔ 641۔ 643۔ 645۔ 647۔ 649۔ 651۔ 653۔ 655۔ 657۔ 659۔ 661۔ 663۔ 665۔ 667۔ 669۔ 671۔ 673۔ 675۔ 677۔ 679۔ 681۔ 683۔ 685۔ 687۔ 689۔ 691۔ 693۔ 695۔ 697۔ 699۔ 701۔ 703۔ 705۔ 707۔ 709۔ 711۔ 713۔ 715۔ 717۔ 719۔ 721۔ 723۔ 725۔ 727۔ 729۔ 731۔ 733۔ 735۔ 737۔ 739۔ 741۔ 743۔ 745۔ 747۔ 749۔ 751۔ 753۔ 755۔ 757۔ 759۔ 761۔ 763۔ 765۔ 767۔ 769۔ 771۔ 773۔ 775۔ 777۔ 779۔ 781۔ 783۔ 785۔ 787۔ 789۔ 791۔ 793۔ 795۔ 797۔ 799۔ 801۔ 803۔ 805۔ 807۔ 809۔ 811۔ 813۔ 815۔ 817۔ 819۔ 821۔ 823۔ 825۔ 827۔ 829۔ 831۔ 833۔ 835۔ 837۔ 839۔ 841۔ 843۔ 845۔ 847۔ 849۔ 851۔ 853۔ 855۔ 857۔ 859۔ 861۔ 863۔ 865۔ 867۔ 869۔ 871۔ 873۔ 875۔ 877۔ 879۔ 881۔ 883۔ 885۔ 887۔ 889۔ 891۔ 893۔ 895۔ 897۔ 899۔ 901۔ 903۔ 905۔ 907۔ 909۔ 911۔ 913۔ 915۔ 917۔ 919۔ 921۔ 923۔ 925۔ 927۔ 929۔ 931۔ 933۔ 935۔ 937۔ 939۔ 941۔ 943۔ 945۔ 947۔ 949۔ 951۔ 953۔ 955۔ 957۔ 959۔ 961۔ 963۔ 965۔ 967۔ 969۔ 971۔ 973۔ 975۔ 977۔ 979۔ 981۔ 983۔ 985۔ 987۔ 989۔ 991۔ 993۔ 995۔ 997۔ 999۔ 1001۔ 1003۔ 1005۔ 1007۔ 1009۔ 1011۔ 1013۔ 1015۔ 1017۔ 1019۔ 1021۔ 1023۔ 1025۔ 1027۔ 1029۔ 1031۔ 1033۔ 1035۔ 1037۔ 1039۔ 1041۔ 1043۔ 1045۔ 1047۔ 1049۔ 1051۔ 1053۔ 1055۔ 1057۔ 1059۔ 1061۔ 1063۔ 1065۔ 1067۔ 1069۔ 1071۔ 1073۔ 1075۔ 1077۔ 1079۔ 1081۔ 1083۔ 1085۔ 1087۔ 1089۔ 1091۔ 1093۔ 1095۔ 1097۔ 1099۔ 1101۔ 1103۔ 1105۔ 1107۔ 1109۔ 1111۔ 1113۔ 1115۔ 1117۔ 1119۔ 1121۔ 1123۔ 1125۔ 1127۔ 1129۔ 1131۔ 1133۔ 1135۔ 1137۔ 1139۔ 1141۔ 1143۔ 1145۔ 1147۔ 1149۔ 1151۔ 1153۔ 1155۔ 1157۔ 1159۔ 1161۔ 1163۔ 1165۔ 1167۔ 1169۔ 1171۔ 1173۔ 1175۔ 1177۔ 1179۔ 1181۔ 1183۔ 1185۔ 1187۔ 1189۔ 1191۔ 1193۔ 1195۔ 1197۔ 1199۔ 1201۔ 1203۔ 1205۔ 1207۔ 1209۔ 1211۔ 1213۔ 1215۔ 1217۔ 1219۔ 1221۔ 1223۔ 1225۔ 1227۔ 1229۔ 1231۔ 1233۔ 1235۔ 1237۔ 1239۔ 1241۔ 1243۔ 1245۔ 1247۔ 1249۔ 1251۔ 1253۔ 1255۔ 1257۔ 1259۔ 1261۔ 1263۔ 1265۔ 1267۔ 1269۔ 1271۔ 1273۔ 1275۔ 1277۔ 1279۔ 1281۔ 1283۔ 1285۔ 1287۔ 1289۔ 1291۔ 1293۔ 1295۔ 1297۔ 1299۔ 1301۔ 1303۔ 1305۔ 1307۔ 1309۔ 1311۔ 1313۔ 1315۔ 1317۔ 1319۔ 1321۔ 1323۔ 1325۔ 1327۔ 1329۔ 1331۔ 1333۔ 1335۔ 1337۔ 1339۔ 1341۔ 1343۔ 1345۔ 1347۔ 1349۔ 1351۔ 1353۔ 1355۔ 1357۔ 1359۔ 1361۔ 1363۔ 1365۔ 1367۔ 1369۔ 1371۔ 1373۔ 1375۔ 1377۔ 1379۔ 1381۔ 1383۔ 1385۔ 1387۔ 1389۔ 1391۔ 1393۔ 1395۔ 1397۔ 1399۔ 1401۔ 1403۔ 1405۔ 1407۔ 1409۔ 1411۔ 1413۔ 1415۔ 1417۔ 1419۔ 1421۔ 1423۔ 1425۔ 1427۔ 1429۔ 1431۔ 1433۔ 1435۔ 1437۔ 1439۔ 1441۔ 1443۔ 1445۔ 1447۔ 1449۔ 1451۔ 1453۔ 1455۔ 1457۔ 1459۔ 1461۔ 1463۔ 1465۔ 1467۔ 1469۔ 1471۔ 1473۔ 1475۔ 1477۔ 1479۔ 1481۔ 1483۔ 1485۔ 1487۔ 1489۔ 1491۔ 1493۔ 1495۔ 1497۔ 1499۔ 1501۔ 1503۔ 1505۔ 1507۔ 1509۔ 1511۔ 1513۔ 1515۔ 1517۔ 1519۔ 1521۔ 1523۔ 1525۔ 1527۔ 1529۔ 1531۔ 1533۔ 1535۔ 1537۔ 1539۔ 1541۔ 1543۔ 1545۔ 1547۔ 1549۔ 1551۔ 1553۔ 1555۔ 1557۔ 1559۔ 1561۔ 1563۔ 1565۔ 1567۔ 1569۔ 1571۔ 1573۔ 1575۔ 1577۔ 1579۔ 1581۔ 1583۔ 1585۔ 1587۔ 1589۔ 1591۔ 1593۔ 1595۔ 1597۔ 1599۔ 1601۔ 1603۔ 1605۔ 1607۔ 1609۔ 1611۔ 1613۔ 1615۔ 1617۔ 1619۔ 1621۔ 1623۔ 1625۔ 1627۔ 1629۔ 1631۔ 1633۔ 1635۔ 1637۔ 1639۔ 1641۔ 1643۔ 1645۔ 1647۔ 1649۔ 1651۔ 1653۔ 1655۔ 1657۔ 1659۔ 1661۔ 1663۔ 1665۔ 1667۔ 1669۔ 1671۔ 1673۔ 1675۔ 1677۔ 1679۔ 1681۔ 1683۔ 1685۔ 1687۔ 1689۔ 1691۔ 1693۔ 1695۔ 1697۔ 1699۔ 1701۔ 1703۔ 1705۔ 1707۔ 1709۔ 1711۔ 1713۔ 1715۔ 1717۔ 1719۔ 1721۔ 1723۔ 1725۔ 1727۔ 1729۔ 1731۔ 1733۔ 1735۔ 1737۔ 1739۔ 1741۔ 1743۔ 1745۔ 1747۔ 1749۔ 1751۔ 1753۔ 1755۔ 1757۔ 1759۔ 1761۔ 1763۔ 1765۔ 1767۔ 1769۔ 1771۔ 1773۔ 1775۔ 1777۔ 1779۔ 1781۔ 1783۔ 1785۔ 1787۔ 1789۔ 1791۔ 1793۔ 1795۔ 1797۔ 1799۔ 1801۔ 1803۔ 1805۔ 1807۔ 1809۔ 1811۔ 1813۔ 1815۔ 1817۔ 1819۔ 1821۔ 1823۔ 1825۔ 1827۔ 1829۔ 1831۔ 1833۔ 1835۔ 1837۔ 1839۔ 1841۔ 1843۔ 1845۔ 1847۔ 1849۔ 1851۔ 1853۔ 1855۔ 1857۔ 1859۔ 1861۔ 1863۔ 1865۔ 1867۔ 1869۔ 1871۔ 1873۔ 1875۔ 1877۔ 1879۔ 1881۔ 1883۔ 1885۔ 1887۔ 1889۔ 1891۔ 1893۔ 1895۔ 1897۔ 1899۔ 1901۔ 1903۔ 1905۔ 1907۔ 1909۔ 1911۔ 1913۔ 1915۔ 1917۔ 1919۔ 1921۔ 1923۔ 1925۔ 1927۔ 1929۔ 1931۔ 1933۔ 1935۔ 1937۔ 1939۔ 1941۔ 1943۔ 1945۔ 1947۔ 1949۔ 1951۔ 1953۔ 1955۔ 1957۔ 1959۔ 1961۔ 1963۔ 1965۔ 1967۔ 1969۔ 1971۔ 1973۔ 1975۔ 1977۔ 1979۔ 1981۔ 1983۔ 1985۔ 1987۔ 1989۔ 1991۔ 1993۔ 1995۔ 1997۔ 1999۔ 2001۔ 2003۔ 2005۔ 2007۔ 2009۔ 2011۔ 2013۔ 2015۔ 2017۔ 2019۔ 2021۔ 2023۔ 2025۔ 2027۔ 2029۔ 2031۔ 2033۔ 2035۔ 2037۔ 2039۔ 2041۔ 2043۔ 2045۔ 2047۔ 2049۔ 2051۔ 2053۔ 2055۔ 2057۔ 2059۔ 2061۔ 2063۔ 2065۔ 2067۔ 2069۔ 2071۔ 2073۔ 2075۔ 2077۔ 2079۔ 2081۔ 2083۔ 2085۔ 2087۔ 2089۔ 2091۔ 2093۔ 2095۔ 2097۔ 2099۔ 2101۔ 2103۔ 2105۔ 2107۔ 2109۔ 2111۔ 2113۔ 2115۔ 2117۔ 2119۔ 2121۔ 2123۔ 2125۔ 2127۔ 2129۔ 2131۔ 2133۔ 2135۔ 2137۔ 2139۔ 2141۔ 2143۔ 2145۔ 2147۔ 2149۔ 2151۔ 2153۔ 2155۔ 2157۔ 2159۔ 2161۔ 2163۔ 2165۔ 2167۔ 2169۔ 2171۔ 2173۔ 2175۔ 2177۔ 2179۔ 2181۔ 2183۔ 2185۔ 2187۔ 2189۔ 2191۔ 2193۔ 2195۔ 2197۔ 2199۔ 2201۔ 2203۔ 2205۔ 2207۔ 2209۔ 2211۔ 2213۔ 2215۔ 2217۔ 2219۔ 2221۔ 2223۔ 2225۔ 2227۔ 2229۔ 2231۔ 2233۔ 2235۔ 2237۔ 2239۔ 2241۔ 2243۔ 2245۔ 2247۔ 2249۔ 2251۔ 2253۔ 2255۔ 2257۔ 2259۔ 2261۔ 2263۔ 2265۔ 2267۔ 2269۔ 2271۔ 2273۔ 2275۔ 2277۔ 2279۔ 2281۔ 2283۔ 2285۔ 2287۔ 2289۔ 2291۔ 2293۔ 2295۔ 2297۔ 2299۔ 2301۔ 2303۔ 2305۔ 2307۔ 2309۔ 2311۔ 2313۔ 2315۔ 2317۔ 2319۔ 2321۔ 2323۔ 2325۔ 2327۔ 2329۔ 2331۔ 2333۔ 2335۔ 2337۔ 2339۔ 2341۔ 2343۔ 2345۔ 2347۔ 2349۔ 2351۔ 2353۔ 2355۔ 2357۔ 2359۔ 2361۔ 2363۔ 2365۔ 2367۔ 2369۔ 2371۔ 2373۔ 2375۔ 2377۔ 2379۔ 2381۔ 2383۔ 2385۔ 2387۔ 2389۔ 2391۔ 2393۔ 2395۔ 2397۔ 2399۔ 2401۔ 2403۔ 2405۔ 2407۔ 2409۔ 2411۔ 2413۔ 2415۔ 2417۔ 2419۔ 2421۔ 2423۔ 2425۔ 2427۔ 2429۔ 2431۔ 2433۔ 2435۔ 2437۔ 2439۔ 2441۔ 2443۔ 2445۔ 2447۔ 2449۔ 2451۔ 2453۔ 2455۔ 2457۔ 2459۔ 2461۔ 2463۔ 2465۔ 2467۔ 2469۔ 2471۔ 2473۔ 2475۔ 2477۔ 2479۔ 2481۔ 2483۔ 2485۔ 2487۔ 2489۔ 2491۔ 2493۔ 2495۔ 2497۔ 2499۔ 2501۔ 2503۔ 2505۔ 2507۔ 2509۔ 2511۔ 2513۔ 2515۔ 2517۔ 2519۔ 2521۔ 2523۔ 2525۔ 2527۔ 2529۔ 2531۔ 2533۔ 2535۔ 2537۔ 2539۔ 2541۔ 2543۔ 2545۔ 2547۔ 2549۔ 2551۔ 2553۔ 2555۔ 2557۔ 2559۔ 2561۔ 2563۔ 2565۔ 2567۔ 2569۔ 2571۔ 2573۔ 2575۔ 2577۔ 2579۔ 2581۔ 2583۔ 2585۔ 2587۔ 2589۔ 2591۔ 2593۔ 2595۔ 2597۔ 2599۔ 2601۔ 2603۔ 2605۔ 2607۔ 2609۔ 2611۔ 2613۔ 2615۔ 2617۔ 2619۔ 2621۔ 2623۔ 2625۔ 2627۔ 2629۔ 2631۔ 2633۔ 2635۔ 2637۔ 2639۔ 2641۔ 2643۔ 2645۔ 2647۔ 2649۔ 2651۔ 2653۔ 2655۔ 2657۔ 2659۔ 2661۔ 2663۔ 2665۔ 2667۔ 2669۔ 2671۔ 2673۔ 2675۔ 2677۔ 2679۔ 2681۔ 2683۔ 2685۔ 2687۔ 2689۔ 2691۔ 2693۔ 2695۔ 2697۔ 2699۔ 2701۔ 2703۔ 2705۔ 2707۔ 2709۔ 2711۔ 2713۔ 2715۔ 2717۔ 2719۔ 2721۔ 2723۔ 2725۔ 2727۔ 2729۔ 2731۔ 2733۔ 2735۔ 2737۔ 2739۔ 2741۔ 2743۔ 2745۔ 2747۔ 2749۔ 2751۔ 2753۔ 2755۔ 2757۔ 2759۔ 2761۔ 2763۔ 2765۔ 2767۔ 2769۔ 2771۔ 2773۔ 2775۔ 2777۔ 2779۔ 2781۔ 2783۔ 2785۔ 2787۔ 2789۔ 2791۔ 2793۔ 2795۔ 2797۔ 2799۔ 2801۔ 2803۔ 2805۔ 2807۔ 2809۔ 2811۔ 2813۔ 2815۔ 2817۔ 2819۔ 2821۔ 2823۔ 2825۔ 2827۔ 2829۔ 2831۔ 2833۔ 2835۔ 2837۔ 2839۔ 2841۔ 2843۔ 2845۔ 2847۔ 2849۔ 2851۔ 2853۔ 2855۔ 2857۔ 2859۔ 2861۔ 2863۔ 2865۔ 2867۔ 2869۔ 2871۔ 2873۔ 2875۔ 2877۔ 2879۔ 2881۔ 2883۔ 2885۔ 2887۔ 2889۔ 2891۔ 2893۔ 2895۔ 2897۔ 2899۔ 2901۔ 2903۔ 2905۔ 2907۔ 2909۔ 2911۔ 2913۔ 2915۔ 2917۔ 2919۔ 2921۔ 2923۔ 2925۔ 2927۔ 2929۔ 2931۔ 2933۔ 2935۔ 2937۔ 2939۔ 2941۔ 2943۔ 2945۔ 2947۔ 2949۔ 2951۔ 2953۔ 2955۔ 2957۔ 2959۔ 2961۔ 2963۔ 2965۔ 2967۔ 2969۔ 2971۔ 2973۔ 2975۔ 2977۔ 2979۔ 2981۔ 2983۔ 2985۔ 2987۔ 2989۔ 2991۔ 2993۔ 2995۔ 2997۔ 2999۔ 3001۔ 3003۔ 3005۔ 3007۔ 3009۔ 3011۔ 3013۔ 3015۔ 3017۔ 3019۔ 3021۔ 3023۔ 3025۔ 3027۔ 3029۔ 3031۔ 3033۔ 3035۔ 3037۔ 3039۔ 3041۔ 3043۔ 3045۔ 3047۔ 3049۔ 3051۔ 3053۔ 3055۔ 3057۔ 3059۔ 3061۔ 3063۔ 3065۔ 3067۔ 3069۔ 3071۔ 3073۔ 3075۔ 3077۔ 3079۔ 3081۔ 3083۔ 3085۔ 3087۔ 3089۔ 3091۔ 3093۔ 3095۔ 3097۔ 3099۔ 3101۔ 3103۔ 3105۔ 3107۔ 3109۔ 3111۔ 3113۔ 3115۔ 3117۔ 3119۔ 3121۔ 3123۔ 3125۔ 3127۔ 3129۔ 3131۔ 3133۔ 3135۔ 3137۔ 3139۔ 3141۔ 3143۔ 3145۔ 3147۔ 3149۔ 3151۔ 3153۔ 3155۔ 3157۔ 3159۔ 3161۔ 3163۔ 3165۔ 3167۔ 3169۔ 3171۔ 3173۔ 3175۔ 3177۔ 3179۔ 3181۔ 3183۔ 3185۔ 3187۔ 3189۔ 3191۔ 3193۔ 3195۔ 3197۔ 3199۔ 3201۔ 3203۔ 3205۔ 3207۔ 3209۔ 3211۔ 3213۔ 3215۔ 3217۔ 3219۔ 3221۔ 3223۔ 3225۔ 3227۔ 3229۔ 3231۔ 3233۔ 3235۔ 3237۔ 3239۔ 3241۔ 3243۔ 3245۔ 3247۔ 3249۔ 3251۔ 3253۔ 3255۔ 3257۔ 3259۔ 3261۔ 3263۔ 3265۔ 3267۔ 3269۔ 3271۔ 3273۔ 3275۔ 3277۔ 3279۔ 3281۔ 3283۔ 3285۔ 3287۔ 3289۔ 3291۔ 3293۔ 3295۔ 3297۔ 3299۔ 3301۔ 3303۔ 3305۔ 3307۔ 3309۔ 3311۔ 3313۔ 3315۔ 3317۔ 3319۔ 3321۔ 3323۔ 3325۔ 3327۔ 3329۔ 3331۔ 3333۔ 3335۔ 3337۔ 3339۔ 3341۔ 3343۔ 3345۔ 3347۔ 3349۔ 3351۔ 3353۔ 3355۔ 3357۔ 3359۔ 3361۔ 3363۔ 3365۔ 3367۔ 3369۔ 3371۔ 3373۔ 3375۔ 3377۔ 3379۔ 3381۔ 3383۔ 3385۔ 3387۔ 3389۔ 3391۔ 3393۔ 3395۔ 3397۔ 3399۔ 3401۔ 3403۔ 3405۔ 3407۔ 3409۔ 3411۔ 3413۔ 3415۔ 3417۔ 3419۔ 3421۔ 3423۔ 3425۔ 3427۔ 3429۔ 3431۔ 3433۔ 3435۔ 3437۔ 3439۔ 3441۔ 3443۔ 3445۔ 3447۔ 3449۔ 3451۔ 3453۔ 3455۔ 3457۔ 3459۔ 3461۔ 3463۔ 3465۔ 3467۔ 3469۔ 3471۔ 3473۔ 3475۔ 3477۔ 3479۔ 3481۔ 3483۔ 3485۔ 3487۔ 3489۔ 3491۔ 3493۔ 3495۔ 3497۔ 3499۔ 3501۔ 3503۔ 3505۔ 3507۔ 3509۔ 3511۔ 3513۔ 3515۔ 3517۔ 3519۔ 3521۔ 3523۔ 3525۔ 3527۔ 3529۔ 3531۔ 3533۔ 3535۔ 3537۔ 3539۔ 3541۔ 3543۔ 3545۔ 3547۔ 3549۔ 3551۔ 3553۔ 3555۔ 3557۔ 3559۔ 3561۔ 3563۔ 3565۔ 3567۔ 3569۔ 3571۔ 3573۔ 3575۔ 3577۔ 3579۔ 3581۔ 3583۔ 3585۔ 3587۔ 3589۔ 3591۔ 3593۔ 3595۔ 3597۔ 3599۔ 3601۔ 3603۔ 3605۔ 3607۔ 3609۔ 3611۔ 3613۔ 3615۔ 3617۔ 3619۔ 3621۔ 3623۔ 3625۔ 3627۔ 3629۔ 3631۔ 3633۔ 3635۔ 3637۔ 3639۔ 3641۔ 3643۔ 3645۔ 3647۔ 3649۔ 3651۔ 3653۔ 3655۔ 3657۔ 3659۔ 3661۔ 3663۔ 3665۔ 3667۔ 3669۔ 3671۔ 3673۔ 3675۔ 3677۔ 3679۔ 3681۔ 3683۔ 3685۔ 3687۔ 3689۔

تعلق رکھتے ہیں۔ اس وقت گھر کا بوجھ میری بڑی بہن جس کی عمر 36 سال ہے، نے اٹھایا ہوا ہے۔ وہ سکول ٹیچر ہے۔ اس نے اس وجہ سے شادی بھی نہیں کی۔ ہم 3 بہنیں، دو بھائی ہیں۔ بڑے بھائی کا بھی معقول روزگار نہیں ہے۔ میری عمر 26 سال ہے۔ لیکن کہیں نوکری نہیں ملتی۔ کسی کارشہ نہیں ہوا۔ گھر میں ہر وقت فساد رہتا ہے اور کوئی بھی والدین کی عزت نہیں کرتا۔ اس کے علاوہ میں نماز پڑھنا چاہتی ہوں۔ خدا کی محبت حاصل کرنا چاہتی ہوں اور چاہتی ہوں کہ میری دعائیں قبول ہوں۔ لیکن نماز میں دل نہیں لگتا۔ دعا قبول نہیں ہوتی تو خدا پر ایمان اٹھنے لگتا ہے۔ ہمیں دو انمول خزانے پڑھنے کا طریقہ بتائیں اور روزگار کیلئے، رشتوں کیلئے کوئی وظیفہ عنایت فرمائیں اور مجھے کوئی ایسا آسان سائل بتائیں کہ خدا میرے گناہ معاف کرے اور میری دعائیں قبول ہوں اور وظیفہ کیلئے خصوصی اجازت دیں۔ (ف-ن: ٹیکسلا)

جواب: بہن! آپ کے تمام اچھے ہوئے مسائل دراصل آپ کے اکیلے نہیں۔ ان مسائل کے پس پردہ دراصل ہمارے اپنے اعمال ہوتے ہیں۔ آدمی بعض ایسے اعمال کر گزرتا ہے جو اسے معلوم نہیں ہوتے۔ لیکن وہ خود یا پھر اس کی نسلیں اس کا خیاڑہ بھگتتی ہیں۔ بہن! استغفار کی کثرت کے ساتھ آپ دو انمول خزانے خاص ترکیب سے توجہ، خلوص اور اعتماد کے ساتھ مستقل کم از کم 90 دن پڑھیں۔ میں پُر امید ہوں اور اللہ تعالیٰ سے درس والے دن خصوصی دعا بھی کروں گا۔ اللہ تعالیٰ آپ کی مشکلات میں آسانیاں پیدا کر دے۔

فالتو کتابیں، رسالے صدقہ جاریہ ہیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، مخلوق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخوردگی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ایڈیٹر ماہنامہ بقری کو ہدیہ کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما دیں۔ نوٹ: نصاب کی کتابیں ارسال نہ کریں۔ (ایڈیٹر)

میری دنیا جڑ گئی ہے۔ میری آنکھیں تاریک ہو رہی ہیں اور دل بے چین ہے۔ مجھے لگ رہا ہے کہ درود کر آخر میں اور میری بیوی اندھے ہو جائیں گی اور اگر میرا بیٹا مجھے مل گیا تو پھر میں اسے کیسے دیکھ سکوں گا۔ دل کیسے ٹھنڈا کر سکوں گا؟ سمجھ نہیں آتا آخر کیا کروں؟ میری راہنمائی فرمائیں۔ سخت پریشان ہوں نجانے میرا لخت جگر کس حال میں ہوگا؟ وہ کیسے اٹھتا ہوگا۔ اس کو کھانا کون دیتا ہوگا۔ میرے دل سے کوئی پوچھ کر دیکھے۔ (انعام الحق، ڈیرہ اسماعیل خان)

جواب: بھائی! آپ پریشان نہ ہوں ایک قرآنی عمل بتاتا ہوں، پُر خلوص طریقے سے کوشش کریں، انشاء اللہ کرم ہوگا۔ سورۃ الباقی 41 دفعہ روزانہ پڑھیں اول و آخر درود شریف 11 بار پڑھیں، لیکن سورۃ پڑھنی اس طرح ہے کہ جب ”وَوَجَدَكَ ضَالًّا“ پر پہنچیں تو بچے کا تصور کریں اور اس آیت کو سات دفعہ دہرائیں اور سات دفعہ ہی تصور کریں۔ یعنی ہر سورت میں یہ آیت 7 بار پڑھنی ہے اور پھر اسکے بعد باقی سورت مکمل کرنی ہے۔

آپ سے درخواست ہے کہ یہ عمل روزانہ 41 دفعہ پڑھیں اور 41 دن تک کریں۔ لیکن اس کے ساتھ ساتھ یہ خیال رہے کہ جسم، لباس اور بستر یا مصلیٰ پاک ہو۔ کھانا حلال ہو۔ اس ضمن میں ایک واقعہ عرض ہے کہ ایک فیملی کا یہی مسئلہ تھا۔ روز بروز علاج کے باوجود بھی مسئلہ الجھتا جا رہا تھا۔ جوں جوں علاج ہوتا تھا یعنی وہ کوئی وظیفہ پڑھتے تھے اور مسئلہ بگڑتا تھا۔ آخر کار ان سے دو انمول خزانے پڑھنے کے لئے عرض کیا۔ انہوں نے اور تمام گھر والوں نے مل کر دو انمول خزانے نہایت دھیان اور توجہ سے پڑھے۔ اللہ تعالیٰ نے خزانہ غیب سے سبب نکالے اور معاملہ الحمد للہ حل ہو گیا اور آپ پر بھی کرم ہوگا۔

قارئین کرام! ان شاء اللہ تعالیٰ یہ عمل نہ صرف بچے کی کشدگی کیلئے ہے بلکہ ہر چیز کے گم ہونے کیلئے ہے۔ میرے پاس ایک صاحب آئے ان کی کار چوری ہو گئی تھی۔ میں نے انہیں یہ عمل بتایا۔ انہوں نے توجہ اور دھیان سے عمل کیا۔ الحمد للہ ان کی گاڑی حاصل ہو چکی ہے اور وہ خوش ہیں۔

حاشا محمدی اور گھر ملو انسانی

سوال: پہلے ہمارے حالات بہتر تھے لیکن حالات نے اچانک پلٹا کھایا تو ابو کی نوکری ختم ہو گئی۔ گھر میں غربت چھلکنے لگی۔ گو بہت امیر پہلے بھی نہ تھے مگر ہم متوسط طبقے سے

اکثر ہو جاتا ہے۔ ہم لوگوں نے کافی سمجھایا مگر بے سود وہ کسی کی بات نہیں سنتے۔ اس صورتحال میں ہم لوگ بہت پریشان ہیں۔ آخر کیسے والد صاحب کو اس لعنت سے نجات دلائی جائے؟ بیشتر اس کے والد صاحب کسی برے انجام کا شکار ہوں۔ ہماری آپ سے درخواست ہے کہ ہماری رہنمائی فرمائیں۔ کوئی وظیفہ اور علاج تجویز فرمائیں۔ نیز یہ کہ کیا ہم ان کو کسی طرح منا کر آپ کی رہائش گاہ پر لے آئیں؟ جو غالباً یونائیٹڈ بیکری والی سٹریٹ مزنگ چوک میں ہے۔ اگرچہ باپوی کفر ہے مگر پھر بھی کبھی گھر آکر یوں لگتا ہے کہ ہمارے والد شاید کبھی ٹھیک نہیں ہو سکیں گے مگر شاید آپ کے ذریعے سے نئی زندگی اور صحت و روحانی علاج کی کوئی کرنل مل سکے۔ (عبدالجبار، نوشہرہ)

جواب: اس سلسلے میں جسمانی علاج صرف شہد کا موسم گولیاں بنا کر کھلائیں۔ ایک گولی صبح، دو پہر، شام اور رات کو پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ کیونکہ تجربات سے ثابت ہے کہ اگر شہد کا خالص موم صاف کر کے گولیاں بنا کر کھلائی جائیں تو مکمل فائدہ ہوتا ہے ”تباخ جینڈ“ زیادہ سے زیادہ تعداد میں پڑھیں اور پھونکیں اور پانی پر دم کر کے پلائیں۔

بچے کی تلاش

سوال: میرا مسئلہ بہت پیچیدہ ہے اور اب تو میں بایوس ہو گیا ہوں۔ کیونکہ جتنی میں نے کوشش کی ہے شاید اتنی کسی نے نہ کی ہوگی۔ دراصل آج سے 13 سال قبل میرا لڑکا جس کی عمر آٹھ سال اور تین ماہ تھی، گھر سے سکول کیلئے نکلا۔ لیکن پھر واپس نہیں آیا۔ میرا لخت جگر بہت ہی پیارا اور عزیز تھا۔ میں نے جگہ جگہ دیوانہ وار اس کو تلاش کیا، اعلان کرائے، امیدگی والوں سے پتہ کرایا، اخبارات، رسائل میں اشتہارات دیئے، ریڈیو میں بار بار اعلان کروائے، لیکن میرا بچہ نہ ملا۔ کئی عامل حضرات کے پاس گئے۔ ایک عامل نے بتایا کہ وہ کراچی ہے اور ایک شخص کی گرفت میں ہے۔ میں نے سارا کراچی چھان مارا حتیٰ کہ جرائم کی دنیا کے لوگوں کی خدمات حاصل کیں اور انہیں ہزاروں روپے دیئے، لیکن بے سود۔ پھر کسی نے بتایا کہ بچہ کوئٹہ سے آگے چن کی طرف ہے۔ پھر کسی نے افغانستان بتایا۔ اس کے لئے بھی میں نے کوشش کی، لیکن لا حاصل۔ آخر میں باپ ہوں اور میری بیوی پاگل ہو گئی ہے۔ راتوں کو نیند نہیں آتی، کچھ کھانا پینا اچھا نہیں لگتا، رشتہ دار اولاد اور گھر اچھا نہیں لگتا۔ میں کیا کروں؟

دائمی جوانی اور شادمانی آپ کے قدموں میں

امریکہ کے ڈاکٹر پاس واٹر (PASSWATER) نے بتایا کہ عالمی باکسر محمد علی کے جسم میں خون کی کمی ہو گئی تھی اور ۱۹۷۶ میں وہ اپنے عالمی اعزاز کے دفاع کے لیے جی یگ سے مقابلہ کرتے ہوئے ہچکچار ہاتھا

(تحریر: محترمہ باربرا کارٹ لینڈ)

میں جون ۱۹۷۸ء میں روس جانا چاہتی تھی تاکہ اراٹیکزینڈر اول کے عہد کے ایک ناول کا پس منظر حاصل کر سکوں۔ اس ناول میں نپولین بونا پارٹ کا ماسکو پر حملہ بھی شامل کرنا تھا۔ لندن کے روسی سفارت خانے نے میرے لیے یہ سارے انتظامات کر دیے۔ مجھے روس، خاص طور پر لینن گراڈ بے انتہا وسیع معلوم ہوا۔ یہ بات میرے لیے بڑی حیرت ناک تھی کہ چار سو برس قبل پیٹر اعظم نے ایک ایسے شہر کا منصوبہ تیار کر لیا جس کی سڑکیں اس قدر چوڑی ہیں کہ چھ موٹر کاریں برابر برابر ان پر چل سکتی ہیں اس نے اس شہر کو اتنا خوبصورت بنایا کہ ڈیوک آف ویلنگٹن نے اسے دنیا کا سب سے زیادہ خوبصورت شہر قرار دیا۔ ڈیوک کے اس قدر متاثر ہونے کی ایک وجہ یہ ہے کہ یہاں پیشتر محل طلسمی کہانیوں کی طرح دریائے نیوا کے کنارے بنے ہوئے ہیں اور سب کے رنگ اصلی ہیں۔ ۱۹۴۱ء میں لینن گراڈ کی جنگ کے دوران میں جرمنوں کے ہاتھوں تباہ ہونے کے بعد ان عمارتوں کی جوازر نو تعمیر کی گئی ہے وہ انتہائی حیرت ناک ہے۔ تمام نقش و نگار، تصاویر، مجسمے حتیٰ کہ مرصع فرش تک کو اس طرح درست کیا گیا ہے کہ دیکھنے والے کو ملکہ کیسٹرین کے دور کا گمان ہونے لگتا ہے۔ انگلستان سے روانہ ہونے سے قبل ہی ہم کو وٹامن بی۔۱۵ کی حیرت انگیز دریافت کے بارے میں معلوم ہو گیا تھا اور ہم نے یہ سن رکھا تھا کہ امریکہ اور روس کے سائنس دانوں کو یہ یقین ہو گیا ہے کہ انہوں نے دائمی جوانی کا راز دریافت کر لیا ہے۔ وٹامن بی۔۱۵ اصل خوابانی کے مغز کا ست ہے۔ وٹامن بی۔۱۷ بھی اسی طریقے سے حاصل کیا جاتا ہے جس کے بارے میں یہ دعویٰ کیا جا چکا ہے کہ اس سے سرطان کا مرض دور ہو جاتا ہے۔ وٹامن ۷۰ کی وجہ سے امریکا میں بڑا ہنگامہ مچا تھا اور یہ کہا گیا تھا کہ اس کی زیادتی خطرناک ہو سکتی ہے۔ لیکن بی۔۱۵ کے بارے میں ڈاکٹر پال بک جیسے سائنس دان کی رائے ہے کہ یہ بالکل بے ضرر ہے۔ مجھے بتایا گیا کہ روس میں کھلاڑیوں کو بی۔۱۵ دیا جا رہا ہے تاکہ ان کی قوت برداشت میں اضافہ ہو۔ ایک مشہور روسی

پروفیسر صاحب نے تو یہاں تک کہہ دیا کہ عنقریب روس میں لوگ وٹامن بی۔۱۵ کو اس طرح سے استعمال کرنے لگیں گے کہ جیسے نمک کا استعمال کیا جاتا ہے۔ میں نے یہ ارادہ کر لیا تھا کہ میں اس نئے وٹامن کے بارے میں بذات خود معلومات حاصل کروں گی، کیونکہ میں یہ سن چکی تھی کہ ہنزہ (پاکستان) میں سرطان کا مرض قطعی نہیں ہوتا اور اس کی وجہ یہ بتائی جاتی ہے کہ وہاں کے باشندے خوابانی کا مغز کثرت سے استعمال کرتے ہیں۔ چنانچہ جب میں لینن گراڈ میں تھی تو میں نے ان صف اول کے ماہرین سے ملنے کی کوشش کی جو وٹامن ۱۵ کے سلسلے میں تحقیقات کر رہے تھے۔ لوگ مجھے ایک تحقیقاتی مرکز میں لے گئے جہاں میری ملاقات ڈاکٹر ولاڈیمیلن۔بی۔۱۵ بلیمسیف (VLADILEN P. BELJAEF) اور پروفیسر یوری گیباچوف (YURI GEEBCHAV) سے ہوئی۔ یہ دونوں حضرات وٹامن ۱۵ کے سلسلے میں تحقیقات کر رہے تھے۔ مجھے اس تحقیقاتی مرکز سے خاص طور پر دلچسپی تھی، کیونکہ ان کی تحقیقات کا موضوع دماغ تھا اور میں بھی دماغ کو سب سے زیادہ اہمیت دیتی ہوں، حالانکہ آج کل بہت سے لوگ بیوقوفی سے خواب آور گولیاں اور مسکن ادویہ استعمال کر کے اپنے ذہن کو تباہ کیے جا رہے ہیں۔ میں جس زمانے میں روس میں تھی تو میں نے واحد انگریزی اخبار ”دی مارننگ اسٹار“ میں پڑھا کہ برطانیہ میں ۱۹۷۷ء کے دوران میں لوگوں نے سات ہزار ملین مسکن ادویہ استعمال کر ڈالیں۔ میں نے اسی اخبار میں یہ بھی پڑھا کہ ڈاکٹر صاحبان روزانہ ایک ہزار آدمیوں کو مسکن دوائیں استعمال کرنے کا مشورہ دیتے رہتے ہیں۔

ڈاکٹر بلیمسیف نے میرے اس خیال سے اتفاق کیا کہ یہ تباہ کن گولیاں دماغ کی کارکردگی کو بر باد کر ڈالتی ہیں۔ ڈاکٹر موصوف نے یہ بھی بتایا کہ تحقیقات کے دوران انہیں یہ پتا چلا ہے کہ جوانی کو برقرار رکھنے کے لیے دماغ کو سرگرم رکھنا چاہیے۔ میں نے ان سے بی۔۱۵ کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے بتایا کہ وہ اسے انجیکشن کے ذریعہ سے دیتے ہیں، کیونکہ اس طرح سے یہ جلد اثر کرتا ہے اور

آسانی سے جذب بدن بھی ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر موصوف نے یہ بھی بتایا کہ جب بی۔۱۵ کو جن سگ (GINSENG) کے ساتھ ملا کر دیا جاتا ہے تو نتیجہ نہایت حیران کن ہوتا ہے۔ انہوں نے ایک نوے برس کی عورت کا تذکرہ کیا جو بغیر کسی تھکن کے دن بھر تمام کام انجام دیتی رہتی ہے۔ اس پر میں نے اپنی والدہ کے بارے میں بتایا جو ۹۵ برس کی عمر میں اپنی موٹر کار کو خود چلائی تھیں اور جب ۹۸ برس کی عمر میں ان کا انتقال ہوا تو ان کی تمام دماغی اور جسمانی صلاحیتیں برقرار تھیں، مگر یہ اس وجہ سے تھا کہ وہ ہمیشہ وٹامن بڑی مقدار میں استعمال کرتی رہتی تھیں۔ میں جب اس تحقیقاتی مرکز سے واپس ہوئی تو مجھے جن سگ کے بارے میں اپنی خوش اعتقادی بالکل حق بہ جانب معلوم ہوئی اور بی۔۱۵ میں مجھے مزید دلچسپی پیدا ہو گئی۔

امریکا کے ڈاکٹر پاس واٹر (PASSWATER) کا کہنا ہے کہ انہوں نے مشہور باکسر محمد علی کو بی۔۱۵ دیا تھا۔ ڈاکٹر موصوف نے بتایا کہ محمد علی کے جسم میں خون کی کمی ہو گئی تھی اور ۱۹۷۶ میں وہ اپنے عالمی اعزاز کے دفاع کے لیے جی یگ سے مقابلہ کرتے ہوئے ہچکچار ہاتھا۔ بی۔۱۵ کے استعمال کے بعد محمد علی کے جسم میں خون کی کمی دور ہو گئی۔ ڈاکٹر موصوف کہتے ہیں کہ اس وٹامن کی بدولت محمد علی کو بعد میں رچرڈ ڈن (RICHARD DUNN) اور کن نارٹن (KEN NORTON) کے مقابلے میں کامیابیاں حاصل ہوئیں۔

امریکا میں بی۔۱۵ کو مختلف امراض کے سلسلے میں کافی مقبولیت حاصل ہو رہی ہے۔ مثلاً شراب نوشی سے نجات حاصل کرنے کے سلسلے میں اور ذیابیطس اور یرقان کے علاج کے سلسلے میں بچوں کے معالجین کا کہنا ہے کہ جو بچے افسردگی کا شکار ہو جاتے ہیں ان کے لیے بھی بی۔۱۵ مفید ثابت ہوتا ہے۔ میں خود بھی بی۔۱۵ استعمال کر رہی ہوں تاکہ ذاتی طور پر اس کے اثرات کا پتا چلا سکوں۔ میں ایک ایسی مقوی گولی کھا رہی ہوں جس میں بی۔۱۵ کے ساتھ جن سگ بی۔۱۶ اور جست شامل ہے۔ مجھے یہ دیکھ کر بڑی مسرت ہوئی کہ روس کے سائنس دانوں کو بھی میری طرح اس بات کا یقین ہے کہ تجدید شباب اور توانائی کی توسیع کا انحصار بہت کچھ دماغ پر ہے۔ جو لوگ اپنی جوانی کو قائم رکھنا چاہتے ہیں اور چاق و چوبند رہنا چاہتے ہیں انہیں چاہیے کہ وہ خواب آور گولیاں اور مسکن دواؤں سے پرہیز کریں۔ انہیں اسپرین سے بھی دور رہنا چاہیے۔ یہ تمام چیزیں دماغ کو تباہ کر ڈالتی ہیں اور شخصیت کو تبدیل کر ڈالتی ہیں۔ لہذا آدمی قبل از وقت بوڑھا ہو جاتا ہے۔

عقربى آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نواز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ پشاور: افس
نواز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ کمانڈر نواز ایجنسی
اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ لاہور: شیخ نواز ایجنسی اخبار مارکیٹ،
0524-598189۔ سیالکوٹ: ملک ایڈیٹر ستریل سروسز، 0524-598189
ملتان: شیخ نواز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-7388662۔ رحیم یار خان:
الانت علی ایڈیٹر ستریل، 068-5872626۔ خانیوال: طاہر شیشری مارٹ۔
علی پور: ملک نواز ایجنسی، 0333-7674484۔ ڈیرہ غازی خان: عمران
نواز ایجنسی، 2017622-064۔ جھنگ: حافظہ اسلام صاحب
0334-6307057۔ حاصل پور: محمد اسد صاحب نواز ایجنٹ،
062-2449565۔ درگاہ پاکپتن: سہر آباد نواز ایجنسی سراجیال روڈ
پاکپتن 0333-6854044۔ گلور کوٹ: محمد اقبال صاحب، حیدر آباد اسلامی کیمٹ
اوس۔ مظفر گڑھ: انور نواز ایجنسی، 066-2413121۔ کجرات:۔ خاندک
سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ چشتیاں: حافظہ انور اکبر بوت دوس
0632-508841۔ شور کوٹ کیمٹ: عدنان اکرم صاحب،
0333-7685578۔ بہاولپور: شیخ اقبال صاحب، مہم نواز ایجنسی
0300-9688361۔ پور پورالہ: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گل
0300-7591190۔ دہا ڈی: طارق نواز ایجنسی ٹھیک موڈ
0333-6005921۔ بھیرہ شریف: شیخ ناصر صاحب نواز ایجنٹ،
0301-6799177۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ: حاجی محمد حسین جگ نواز ایجنسی
0462-511845۔ وزیر آباد: شاہ نواز ایجنسی، 0345-6892591۔
ڈسکہ: نیاج نواز ایجنسی، 0300-6430315۔ حیدر آباد: المہدی نواز ایجنسی
اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ سکھر: شیخ نواز ایجنسی مہران مرکز،
071-5613548۔ کوئٹہ: خرم نواز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805۔
انگل: نسیم چسوار ستریل محلہ انگل، 0301-5514113۔ میٹلی: امتیاز صاحب
الواحد میٹلی ریسٹورنٹ، 0321-7982550۔ خان پور: چوہدری محمد نور صاحب،
انگل بک ڈپو، 068-5572854۔ واہ کیمٹ: حبیب لائبریری ایڈیٹر بک لائبرٹ
علی چک، 0514-543384۔ فیصل آباد: ملک کاشف صاحب، نواز ایجنٹ
اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ صادق آباد: عامر صاحب، چوہدری نواز
ایجنسی، 068-5705624۔ گوجرانوالہ: علاء الرحمن کیمیکل سٹور مول
ہسپتال کھدہ پور، 0554-710430۔ سکھر: ممتاز احمد، نواز ایجنٹ چش چک،
0300-7781693۔ کوٹ ادو: محمد الہک صاحب، اسلامی نواز ایجنسی،
0333-6008515۔ منڈی بہاؤ الدین: آصف میگوین ایڈیٹر فریم سنٹر
0546-504847۔ احمد پور شرقیہ: بخاری نواز ایجنسی، 0302-8674075۔
ہٹول: امیر احمد جان، 0333-9748847۔ ٹاروال: محمد اشفاق صاحب، ہاڈی
نواز ایجنسی نیما شہر چک قدرالہ، گلگت: نواز نواز ایجنسی، مدینہ مارکیٹ، شبلی علاقہ
جات: جاہد اقبال سیل لائن نواز ایجنسی یمن روز گاجوگ، قدر شلی علاقہ جات۔
جنرہ: جنرہ نواز ایجنسی علی آباد جنرہ، سکروو: سووے کس اسٹور، ملک روز سکروو،
بلتان نواز ایجنسی نیما بازار سکروو۔ جہانیاں: حافظہ نواز احمد، جہانیاں کاتھ ہاؤس اور
سنٹر، 306-7604603۔ گوجرانوالہ: رضن نواز ایجنسی، 0300-6422516۔
سرگودھا: احمد حسن، مدنی کیمٹ ایڈیٹر جرنل سٹور مولی مسجد سرگودھا، 0301-5762480۔

نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین! ماہنامہ "عقربى" خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے مزین
ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب ادویات اور رسالہ VP (دی
پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو
میا کر رہے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منکوانے کے
بعد، منکوانے والے اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں۔
قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عقربى کو پہنچتا ہے

اس نے عورت کے ہاتھ، پاؤں اور منہ کو کھول دیئے

معلوم ہوتا تھا کہ وہ مجھے شام کو لے جائیں گے۔ جب میں نے آپ کے قدموں کی چاپ سنی تو میں نے تڑپنے
کی کوشش کی شاید پودے ہلتے دیکھ کر کوئی آجائے اور مجھے آزاد کر دے (تحریر: ذوالفقار علی آصف۔ لاہور)

ثریا نے حمید اللہ سے کہا کہ وہ اپنی جان خطرے میں نہ ڈالے
لیکن حمید اللہ نہ مانا۔ اس نے ثریا کو اسی طرح باندھ دیا اور دو
تالی بندوق لوڈ کر کے قریب ہی چھپ کر بیٹھ گیا شام ہونے
والی تھی۔ کچھ دیر بعد شام ہو گئی اور کھیتوں سے پرے ایک
دیگن آکر رکی۔ وہاں دیکھنے والا کوئی نہ تھا۔ ویسے بھی دیہات
کے لوگ شام ہوتے ہی گھروں میں بند ہو جاتے ہیں، روٹی
کھاتے اور سو جاتے ہیں۔ دیگن سے دو آدمی اترے۔ تیسرا
آدمی ڈرائیونگ سیٹ پر بیٹھا رہا۔

جب وہ دونوں آدمی قریب آئے تو حمید اللہ نے لگا کر کہا
"میانوالی کی غیرت ابھی زندہ ہے" اور کیے بعد دیگرے دو
فائر کر دیے۔ ایک آدمی گر پڑا اور دوسرا دوڑ کر دیگن میں سوار
ہو گیا۔ دیگن چل پڑی۔ حمید اللہ گرے ہوئے آدمی کے پاس
گیا تو وہ مر چکا تھا۔ حمید اللہ نے اس کی رائفل اٹھالی مگر ثریا
کے ہاتھ پاؤں اور منہ کھول دیا اور کہا کہ اب گھر چلی جاؤ۔ ثریا
نے کہا: "اب تم بھی میری ایک بات مانو اور میرے ساتھ
گھر چلو" "حمید اللہ نے کہا میں تیرے خاوند کا قاتل ہوں
تمہارا سر اور دیور دیکھتے ہی مجھے کوئی مار دیں گے۔" ثریا
نے کہا: "میں ذمہ داری لیتی ہوں" "تم میرے گھر چلو، یہ
معمولی سا احسان نہیں جو تم نے مجھ پر، میرے والدین اور
میرے سرال پر کیا ہے۔ چلو میرے ساتھ۔"

حمید اللہ اس کے ساتھ چل پڑا۔ ثریا نے حمید اللہ کو باہر کھڑا کیا
اور خود حویلی میں چلی گئی۔ سر اور دیور کو تمام حقیقت سنائی
اور کہا کہ یقین نہ آئے تو پٹھان کی لاش جا کر دیکھ لو۔ "بے
وقوف کی بیٹی ا"۔ سر نے کہا۔ حمید اللہ کو ساتھ کیوں نہیں
لائی؟ "وہ باہر کھڑا ہے"۔ ثریا نے کہا۔ ثریا کا سر دوڑتا
ہوا گیا اور حمید اللہ کو گلے لگالیا اور اندر لے گیا۔ "میں اپنے
بیٹے کا خون حمید اللہ کو معاف کرتا ہوں۔" سر نے اعلان کیا
آج سے دشمنی بھی ختم کرتا ہوں۔ حمید اللہ جیسے غیرت مند
جوان کو قتل کرنا بے وقوفی اور بے غیرتی ہے۔ "اس طرح حمید
اللہ کی غیرت مندی اور بہادری کے ایک قدم کی بدولت
پچاس سالہ دشمنی ختم ہو گئی اور آئندہ نسلیں اس کی بھینٹ
چڑھنے سے بچ گئیں۔

یہ واقعہ میانوالی کے ایک قصبے میں پیش آیا تھا۔ کرداروں کے نام
مصلحتاً بدل دیئے گئے ہیں۔ واقعہ اس طرح ہے کہ حمید اللہ نے
ایک شخص اسلام کو قتل کر دیا۔ یہ پچاس سال پرانی خاندانی دشمنی کے
سلسلے کا ایک اور قتل تھا۔ اس وقت تک دونوں خاندانوں کے
پینتالیس آدمی اس دشمنی کی بھینٹ چڑھ چکے تھے۔ پولیس تفتیش
کر رہی تھی۔ حمید اللہ ابھی گرفتار نہیں ہوا تھا۔ سب جانتے تھے کہ
اسلم کو حمید اللہ نے قتل کیا ہے لیکن شہادت نہیں تھی۔ ایک روز حمید
اللہ کھیتوں میں سے گزر رہا تھا۔ یہ جوار کے کھیت تھے۔ ایک
کھیت میں جوار کی فصل جو خاصی اونچی تھی، ایک جگہ سے اس طرح
بل رہی تھی جیسے اس میں کوئی انسان یا جانور ہو۔ یہ چند ایک
پودے تھے جو زور زور سے بل رہے تھے۔ حمید اللہ شک کی بنیاد
پر رک گیا۔ وہ دشمنی والا تھا اس لیے بندوق ساتھ رکھتا تھا۔ اسے
ہلکی ہلکی اول اول کی آوازیں بھی سنائی دیں۔ وہ آہستہ آہستہ فصل
کے اندر گیا۔ اس نے دیکھا کہ ایک عورت پڑی ہے جس کے
ہاتھ پاؤں اور منہ بندھا ہوا ہے۔ وہ پہلے تو ڈر گیا کہ اسے قتل
کرنے کے لیے جال بچھایا گیا ہے، لیکن اس نے عورت کے
ہاتھ پاؤں اور منہ کھول دیا۔ یہ عورت اسلم کی بیوہ ثریا تھی اور ثریا کو
حمید اللہ نے ہی بیوہ کیا تھا۔ ثریا بھی اپنے خاوند کے قاتل کو دیکھ کر
خو فرہ ہو گئی۔ "اس وقت تم میری بہن ہو"۔ حمید اللہ نے ثریا
کو کہا۔ "مجھے بتاؤ یہ کیا معاملہ ہے اور تمہیں یہاں کون باندھ
کر پھینک گیا ہے۔" "میرے سرال والوں سے قبائلی پٹھانوں
کی دشمنی ہے" ثریا نے بتایا۔ "آج میں جب چارہ کاٹنے کے
لیے کھیتوں میں آئی تو تین پٹھان آ گئے۔ انہوں نے مجھے پکڑ لیا
اور میرے ہاتھ پاؤں اور منہ کو باندھ دیا۔ انہوں نے آپس میں
جو باتیں کیں ان سے معلوم ہوتا تھا کہ وہ مجھے شام کو لے جائیں
گے۔ جب میں نے آپ کے قدموں کی چاپ سنی تو میں نے تڑپنے
کی کوشش کی شاید پودے ہلتے دیکھ کر کوئی آجائے اور مجھے
آزاد کر دے۔

"اگر تمہیں میری زبان پر اعتبار ہے تو میری ایک بات مانو"
حمید اللہ نے ثریا سے کہا۔ "میں تمہارے ہاتھ پاؤں اسی
طرح باندھ دیتا ہوں۔ جب پٹھان تمہیں اٹھانے آئیں گے
تو میں انہیں پکڑوں گا۔"

تربوز سے پیتی دھوپ میں ٹھنڈک کا احساس

تربوز کو کھانا کھانے کے فوراً بعد یا فوراً پہلے استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ کھانا دیر سے ہضم ہوتا ہے اور تربوز تیزی سے ہضم ہوتا ہے۔ کھانا تربوز کے جلد ہضم ہونے میں رکاوٹ بنتا ہے (سید نور عالم شاہ۔ کوہاٹ)

محترم جناب حکیم محمد طارق محمود صاحب السلام علیکم! بعد از سلام عرض ہے کہ اللہ پاک آپ کو ہمیشہ خوش رکھے۔ اس لیے کہ جو کچھ آپ مخلوق خدا کے لیے کر رہے ہیں وہ اس قیامت خیز صدی میں کار خیر ہے۔ اس دور میں لوگ اپنے علاوہ کسی کا خیال بھی دل میں لانا گوارہ نہیں کرتے اور آپ بحکم پروردگار مخلوق خدا کی خدمت میں مصروف ہیں۔ چند دن پہلے میں کوہاٹ بازار کسی کام سے گیا تھا تو بکسٹال سے کچھ کتا ہیں خریدیں تو ماہنامہ عبقری پر نظر پڑی وہاں سے فوراً اٹھالیا اور وہاں پر ایک دوست کی دکان پر بیٹھ کر پڑھنا شروع کیا۔ اچھا لگا، وہاں بکسٹال پر گیا اور چند اور عبقری اٹھالیا اور اپنے عزیزوں اور دوستوں کو بطور گفٹ پڑھنے کے لیے دیے۔ سب نے تعریف کی۔ محترم ایک تحریر سال خدمت ہے اگر اشاعت کے قابل سمجھیں تو ضرور شائع کیجئے گا۔

تربوز گرمیوں کی سوغات:

تربوز موسم گرما کی ممکنہ تکالیف کے خلاف ذوالحال ہے۔ پیتی دھوپ میں جب سورج سر پر ہوتا ہے غضب کی گرمی پڑتی ہے اور کسی بھی طرح چین حاصل نہیں ہوتا۔ پیاس کا شدت سے احساس ہوتا ہے تو ایسے میں تربوز نہ صرف پیاس بجھاتا ہے بلکہ جسم کو توانائی اور فرحت بھی بخشتا ہے۔ تربوز کا رنگ اوپر سے ہلکا سبز اور گہرا سبز ہوتا ہے۔ کچی حالت میں اس کے گودے کا رنگ سفید ہوتا ہے اور پکنے کے بعد سرخ ہو جاتا ہے۔ شیریں ذائقے کی وجہ سے پوری دنیا میں ذوق و شوق سے کھایا جاتا ہے۔ تربوز اپنی خصوصیات کی بناء پر ایک صحت مند پھل ہے جبکہ دیگر پھلوں کی بہ نسبت اس کی قیمت بھی کم ہوتی ہے۔ جسم کی قوت اور توانائی کے لیے اور جسم میں پانی کی کمی کی ضرورت پوری کرنے کی غرض سے استعمال کرنا چاہیے۔ اس میں فولاد، فاسفورس، ربوئی اجزاء، پوٹاشیم، نشاستے دار شکر اجزاء اور وٹامن اے، بی اور ڈی کے علاوہ گلوکوز بھی ہوتا ہے۔ تربوز میں گلوکوز وافر مقدار میں ہوتا ہے۔ اس لیے پانی میں گلوکوز پاؤڈر ڈال کر پینے سے بہتر ہے کہ تربوز کے وٹامنز کو استعمال کیا

جائے۔ تربوز کا مزاج سرد تر ہوتا ہے چنانچہ یہ موسم گرما کی شدت اور لوکے اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ تربوز کو اگر صبح نہار منہ استعمال کیا جائے تو جسم کو پورے دن جو پانی کی ضرورت ہوتی ہے اس سے پوری کی جاسکتی ہے۔ تربوز کو کھانا کھانے کے فوراً بعد یا فوراً پہلے استعمال نہیں کرنا چاہیے کیونکہ کھانا دیر سے ہضم ہوتا ہے اور تربوز تیزی سے ہضم ہوتا ہے۔ کھانا تربوز کے جلد ہضم ہونے میں رکاوٹ بنتا ہے۔ اس لیے بد ہضمی، اچھا رہ اور دستوں کی شکایت ہو سکتی ہے۔ تربوز کھانا کھانے کے دو سے تین گھنٹے بعد کھانا چاہیے۔ تربوز کے متعلق یہ وہم ہے کہ اسے زیادہ کھانے سے ہیضہ ہو جاتا ہے یا تربوز کے بعد پانی پینے سے نقصان ہوتا ہے، یہ مفروضہ غلط ہے۔ تربوز میں خود 93% پانی ہوتا ہے اس لیے مزید پانی سے کسی رد عمل کا خطرہ نہیں ہوتا۔ تربوز کھانے کے فوراً بعد خون میں پانی اور گلوکوز کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ گلوکوز خلیات میں تیزی سے جذب ہو کر کمزوری، درد سر اور گھبراہٹ کی علامات کو ختم کر دیتا ہے جبکہ اس کا پانی دوران خون میں شامل ہو کر رگوں میں گردش کرتا ہوا گردوں میں پہنچتا ہے جہاں خون کی صفائی ہوتی ہے اور پانی کی زائد مقدار پیشاب کے راستے جسم سے خارج ہو جاتی ہے۔ تربوز میں وٹامنز کی خاصی مقدار کی وجہ سے بھی یہ فائدہ مند ہے۔ اس میں موجود وٹامن اے جسم میں پیاریوں کے خلاف قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔ یہ مریضوں اور بچوں کو بھی مناسب مقدار میں کھلایا جاسکتا ہے۔ (بقیہ صفحہ 33 پر دیکھیں)

ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے "ماہنامہ عبقری" کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ڈیمانڈ کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں:

ادارہ اشاعت الخیر
حضور باغ روڈ، ملتان۔

فون: 0614-514929 0300-7301239

(بقیہ: جن نے مقدمے باز دشمن کی سچی خبر دی)

وہ جن صاحب کچھ ناراض سے ہوئے کہ تم عالم آدمی ہو، غیب کی باتیں پوچھتے ہو۔ پہلے ہمارے جنات بھائی آسمانوں پر چڑھ کر خبریں لے آتے تھے مگر جب سے حضرت محمد ﷺ (ہمارے نبی) تشریف لائے ہیں، آسمانوں کے دروازے ہمارے لیے بند کر دیے گئے ہیں۔ ہم ادھر خبریں لینے کی اگر جرأت کریں تو آسمان سے آگ کے گولے بارے جاتے ہیں۔ اس طرح اب غیب کی کوئی صحیح خبر ہم نہیں دے سکتے۔

پھر میں نے سوال کیا کہ کچھ لوگ اپنی چوریاں یا غیب کی باتیں جنات سے پوچھتے ہیں وہ کیا ماجرا ہے؟ انہوں نے نہایت متانت اور حوصلے سے سمجھاتے ہوئے فرمایا بھی اصل بات یہ ہے کہ ہمیں سرعت رفتاری عطا کی گئی ہے۔ ہم آٹھ یا نیاویں ستر ستر ستر جاتے ہیں آجائے ہیں۔ چنانچہ جنات سے لوگ باتیں پوچھتے ہیں تو ہم سرعت سے وہاں جہاں چوری ہوتی ہے، جاتے ہیں اور دو تین منٹ ہی ادھر ادھر پھر جاتے ہیں لوگ جو باتیں آجائے ہیں کرتے ہیں وہ دن کچھ لوگوں سے یا گھر والوں سے سن کر ہم آکر معمول (یعنی جس میں جن کو حاضر کر کے بات پوچھی جاتی ہے) کے کان میں بھوک دیتے ہیں، وہ بیان کر دیتا ہے۔ لوگوں کو اس سارے قصے کی کانوں کان خبر نہیں ہوتی۔ اب اگر لوگوں کے قیامے صحیح ہوتے ہیں تو ہماری بتائی ہوئی بات بھی ٹھیک ہو جاتی ہے ورنہ بالکل بچہ ہوتا ہے۔ پھر میں نے عرض کی پھر مجھے کیسے پتہ چلے گا کہ آپ واقعتاً جن ہیں یا خواہ مخواہ ڈھونڈ ہے۔ (ذرا جیسی آواز دھڑبھڑا کر) میں نے عرض کی (جواب ملا) کوئی اور سوال کر لو جو اہر کا ہو، غیب کا نہ ہو، میں نے وہ سوال کیا کہ آپ بتائیں آج کل میرے ساتھ دشمنی کا کس کو شوق ہے اور کس کے ساتھ میری دشمنی گئی ہے۔ مقدمہ بازی ہے؟

میں پھر کیا تھا جن صاحب نے اُس اُس ذرا جھٹکے دیکر دو تین بار کیا اور خاموشی اختیار کر لی۔ 3، 2، 1 منٹ کے بعد سر اٹھا فرمایا "شوکت کو آپ کی دشمنی کا بڑا شوق ہے، یہ جملہ کیا تھا، میرے ساتھ بات چیت کا معاملہ تھا اور بالکل جج تھا۔ ان دنوں میری شوکت نالی ایک آدمی سے مقدمہ بازی کا سلسلہ چل رہا تھا اور اس نے ایک جھوٹا چہرہ ہم پر کر دیا تھا اور اسکے ساتھ خوب دشمنی تھی۔ وہ ہم پر طرح طرح کے پولیس چھاپے مروا رہا تھا برآمدی کیلئے"۔ بس مجھے سو فیصد یقین ہو گیا کہ جنات حق ہیں ان کا وجود ہے اور آٹھ یا نیاویں ستر ستر جاتے ہیں ان کے بس میں ہے۔

عملیات اور طب سیکھنے کے خواہش مند

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر آخر لوگ علم کو چھپا کر قبر میں کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ و طائف عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لیے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود دہلوی چغتائی

چوتھے آسمان سے مدد پہنچنے کا زبردست عمل

اللہ تعالیٰ نے اپنے جلال و عزت کی قسم کھائی کہ سانپ نے میرے بندے کے ساتھ جو کچھ دھوکہ میں کیا ہے میں اس کے خلاف اپنے بندے کی ضرورت دیکھوں گا

(انتخاب: رانا ناصر - لاہور)

المجالس السنیة شرح الاربعین النووی (صفحہ نمبر ۴۰) پر شیخ احمد نے اور دیگر علماء نے لکھا ہے کہ ایک شخص ابن حیر کے نام سے مشہور تھا۔ بڑا عبادت گزار، قائم اللیل و صائم انصاف تھا اور شکار کا بھی عادی تھا۔ ایک دن شکار کیلئے نکلا تو ایک دن ایک سانپ اس کے سامنے آیا اور کہا اے محمد بن حیر مجھے پناہ دے دو، اللہ تعالیٰ تمہیں بھی پناہ دے۔ اس نے کہا تم کس سے پناہ چاہتے ہو۔ کہا ایک دشمن سے جس نے مجھ پر ظلم کیا ہے۔ اس نے پوچھا تیرا دشمن کہاں ہے؟ کہا میرے پیچھے ہے۔ اس نے پوچھا تم کس امت سے ہو؟ کہا میں امت محمدیہ سے ہوں۔

وہ شخص بیان کرتا ہے کہ میں نے اپنی چادر پھیلائی اور اس سے کہا تم اس میں داخل ہو جاؤ۔ اس نے کہا مجھے دشمن دیکھ لے گا۔ میں نے کہا پھر میں تمہاری کیا مدد کر سکتا ہوں؟ کہنے لگا اگر تم نیکی کا کام کرنا ہی چاہتے ہو تو اپنا منہ کھولنا کہ میں اس میں داخل ہو جاؤں؟ میں نے کہا مجھے ڈر ہے کہ تم بھیڑیں لو گے؟ کہا اللہ کی قسم! میں تجھے نہیں ڈسوں کروں گا اس پر اللہ گواہ ہے اور اس کے فرشتے بھی اور رسول بھی اور اس کے عرش کو اٹھانے والے اور آسمانوں پر رہنے والے فرشتے بھی! وہ شخص کہتا ہے کہ میں نے اپنا منہ کھولا اور وہ اس میں گھس گیا۔ پھر میں چل پڑا۔ اچانک میرے سامنے ایک شخص نمودار ہوا جس کے ہاتھ میں ایک نیزہ بھی تھا، اس نے کہا اے محمد! میں نے کہا کیا چاہتے ہو؟ کہا تم نے میرے دشمن کو دیکھا ہے؟ میں نے کہا تمہارا دشمن کون ہے؟ کہا قیل سانپ۔ میں نے کہا نہیں اور اپنی اس بات سے سو بار استغفار کیا کیونکہ مجھے پتہ تھا کہ وہ کہاں ہے۔ پھر میں کچھ آگے چلا تھا کہ سانپ نے میرے منہ سے اپنا سر نکالا اور کہا کہ دیکھو میرا دشمن چلا گیا ہے؟ تو میں نے ہر طرف دیکھا تو مجھے کوئی نظر نہ آیا تو میں نے اس سے کہا مجھے کوئی بھی نظر نہیں آ رہا ہے اگر تم نکلتا چاہتے ہو تو نکل آؤ۔ اس نے کہا اے محمد! اب تم دو باتوں میں سے ایک کا انتخاب کر لو یا تو میں تمہارا جگر نکلے نکلے کروں یا تمہارے دل میں سوراخ کروں اور تمہاری جان نکال دوں۔ میں نے کہا سبحان اللہ! وہ وعدہ

کہاں گیا جو تو نے مجھ سے باندھا تھا اور وہ قسم کہاں گئی جو تو نے کھائی تھی، تم اتنی جلدی بھول گئے ہو؟ وہ کہنے لگا اے محمد! تم وہ عداوت کیوں بھول گئے ہو جو میرے اور تیرے باپ آدم کے درمیان سے چلی آ رہی ہے۔ تم نے کس بنا پر نا اہل سے ہمدردی کی ہے؟ میں نے کہا کیا تم لازماً مجھے قتل کرنا چاہتے ہو؟ اس نے کہا ہاں میں لازماً قتل کرنا چاہتا ہوں۔ میں نے اس سے کہا تم مجھے اتنی مہلت دے دو کہ میں اس پہاڑ تک پہنچ جاؤں اور اپنے لئے قبر کی کوئی جگہ بنا لوں۔ اس نے کہا تمہاری مرضی۔ چنانچہ میں پہاڑ کی طرف چل پڑا اور زندگی سے ناامید ہو گیا اور اپنی نگاہ آسمان کی طرف اٹھائی اور کہا:

”يَا لَطِيفُ يَا لَطِيفُ اَلطَّفُ بِي بِلطيفِكَ
الْخَفِيِّ يَا لَطِيفُ بِالْقُدْرَةِ الَّتِي اسْتَوَيْتَ بِهَا
عَلَى الْعَرْشِ فَلَمْ يَعْلَمْ الْعَرْشُ اَيَّنْ
مُسْتَقَرُّكَ مِنْهُ اِلَّا مَا كَفَيْتَنِي هَلِهِ الْحَيَّةُ“

”اے لطیف اے لطیف! مجھ پر اپنے مخفی لطف کے ساتھ لطف فرما۔ اے لطیف! اپنی اس قدرت کے ساتھ جس کی طاقت سے تو عرش پر مستوی ہوا اور عرش کو بھی علم نہ ہوا کہ اس پر تیرا مستقر کہاں ہے۔ بس مجھے اس سانپ سے نجات دے دے۔“

پھر میں چل پڑا۔ اچانک میرے سامنے ایک حسین چہرہ والا پاکیزہ خوشبو والا، صاف لباس والا شخص ظاہر ہوا اور سلام کیا میں نے ”وعلیکم السلام اے میرے بھائی۔“ اس نے کہا کیا بات ہے تمہارا رنگ کیوں اڑا ہوا ہے؟ میں نے کہا ایک دشمن نے مجھ پر ظلم کیا ہے۔ کہا تیرا دشمن کہاں ہے۔ میں نے کہا میرے پیٹ میں۔ اس نے مجھے کہا اپنا منہ کھولو میں نے اپنا منہ کھولا تو اس نے اس میں سبز زیتون کی طرح کا ایک پتہ ڈالا اور کہا کہ اس کو چبا کر نگل لو تو میں اس کو چبا کر نگل گیا۔

وہ کہتا ہے کہ میں کچھ ہی دیر ٹھہرا تھا کہ میرے پیٹ میں مروڑ پیدا ہوا اور پیٹ میں گردش شروع ہوئی پھر اس پتے نے اس سانپ کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے پیٹ سے نکال دیا۔ جب مجھے سانپ سے نجات مل گئی تو میں اس شخص سے لپٹ گیا اور کہا کہ اے بھائی تم کون ہو؟ جس کے ذریعے سے اللہ

تعالیٰ نے مجھ پر احسان کیا ہے۔ تو وہ ہنس پڑا اور کہا تم مجھے نہیں جانتے؟ میں نے کہا نہیں۔ کہا جب تم نے سانپ کو پناہ دینے کے بعد اس کی بدعہدی کو دیکھ کر پریشانی کا اظہار کیا اور اللہ تعالیٰ سے یہ دعا مانگی تو ساتوں آسمانوں میں ہلچل مچ گئی اور وہ اللہ تعالیٰ کے سامنے پکار اٹھے۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے جلال و عزت کی قسم کھائی کہ سانپ نے میرے بندے کے ساتھ جو کچھ دھوکہ کیا ہے میں اس کے خلاف اپنے بندے کی ضرورت دیکھوں گا۔ پھر مجھے اللہ سبحانہ و تعالیٰ نے تمہاری طرف روانہ کیا۔ میرا نام معروف ہے میں چوتھے آسمان پر رہتا ہوں۔ اللہ نے ہی مجھے حکم فرمایا کہ جنت میں جاؤ اور ایک سبز پتہ لیکر اس کو میرے بندے محمد بن حیر کے پاس لے جاؤ۔ اے محمد! تم نیک کام کیا کرنا اور برائی کے مقامات سے اجتناب کرنا اگرچہ تم نے جس سے نیکی کی ہو وہ اس کو ضائع کیوں نہ کر دے۔ جو کچھ اللہ کے پاس ہے اللہ تعالیٰ اس کو ضائع نہیں کرے گا۔

(بقیہ: چہرے کی شکنیں اور تروتازگی کو برقرار رکھیے)

شک جلد کے مسائل اور گھریلو نوٹس: سردیوں میں جلد خشک ہو جاتی ہے۔ اور اگر بروقت اس کی حفاظت نہ کی جائے۔ تو سردیاں ختم ہونے کے باوجود چہرے اور ہاتھوں خصوصاً عیروں کی اڑیاں خراب رہتی ہیں۔ اڑیاں اور ٹوکڑوں کی جلد چمکے ہوئی ہوتی ہے۔ اس لیے قسم میں قدرتی طور پر بننے والی اس جلد کو ملائم رکھنے میں ناکام رہتا ہے۔ اس لیے جلد کو باہر سے نرم رکھنے کے لیے چمکانی لگانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ بہتر اور تیز گرم پانی کے استعمال سے جلد پر خشک اور اڑیاں پھٹ جاتی ہیں۔ ایسے میں بازاری کریمیں اور چمکانی والے صابن بہت مہلکے پلٹے ہیں۔ پہلی بات یہ کہ جب جلد خشک ہو جائے تو جراثیم کش صابن مت استعمال کریں۔ جسم کی جلد کا مساج اگر زیتون کے تیل سے کیا جائے تو بہت مفید ہے۔ پچھلی ہوئی اڑیوں کو پہلے جھانویں سے رگڑیں پھر ان پر گیسرین اور عرق گلاب لگائیں۔ اگر اڑیوں کی جلد زیادہ خراب ہو جائے تو سرسوں کا تیل تین چھ اور ہلدی دو چھ ملا کر محلول بنا لیں۔ اس کا ڈھ لپ کورات سوتے وقت پاؤں پر لگا کر جراثیم پہن لیں۔ انشاء اللہ چند دنوں بعد آپ کی اڑیاں ٹھیک ہو جائیں گی۔ چہرے کو نرم رکھنے کے لیے عرق گلاب اور گیسرین استعمال کی جاسکتی ہے۔ چہرے کا کبھی کبھار فیشل کرنا بھی بہتر ہوتا ہے۔ چہرے کی زری اور تازگی برقرار رکھنے اور سردیوں میں جلد کو موسم کے اثرات سے محفوظ رکھنے کے لیے سب سے بہتر یہ ہے کہ آپ عرق گلاب میں گیسرین ملا کر لگائیں۔

کراچی اور راولپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبرز:

0300-3218560 (۱) کراچی کے لیے رابطہ:

0333-5648351 (۲) راولپنڈی کے لیے رابطہ:

051-5539815

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دار اصل قارئین کے سوالات کے لیے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹونکہ تجربہ کوئی فارمولہ آپ ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کریں۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

☆ مارچ کے سوالات کے جوابات کے سلسلے میں بچے کے لیے میں نے ایک تجربہ کیا ہے کہ بعض اوقات بچہ کمزوری اور خوراک کی کمی کی وجہ سے روتا ہے شہد اور دیسی انڈے کی زردی ہلکی ہلکی بچے کو چٹائیں۔ دن میں 3 سے 4 بار۔

(بیگم منظور احمد۔ دیپال پور)
میرے تجربے کے مطابق سہاگہ بیاں ایک ایک چٹکی نو نہال کے عرق 1/2 چمچ میں گھول کر بچے کو دیں۔ دن میں 4 بار۔ میرا تجربہ ہے بچہ تندرست ہو جائے گا۔ اگر آپ کے اندر کمزوری ہے تو آپ زبردست سفید اور گاجر کے بیج ہموں کوٹ پیس کر ایک ایک چمچ صبح، دوپہر، شام دودھ کے ہمراہ 40 دن لیں۔

(سرمعظت عارف۔ اسلام آباد)
☆ اگر آپ کی چھاتیوں میں دودھ نہیں آتا تو ستور کی دکان سے کشتہ مرگناگ ایک چھوٹا کپسول بھر کر صبح و شام لیں ایک ماہ تک دودھ کے ساتھ استعمال کریں لا جواب ہے۔

(ڈاکٹر عمارہ وحید۔ لاہور)
☆ سینے میں جلن اور تیزابیت کے لیے بہترین چیز کھانے کے بعد سوئف اور دھنیہ تھوڑا تھوڑا منہ میں ڈال کر چباتے رہیں۔ دن میں 4-5 بار کریں کچھ عرصہ کریں گے تو مسکد حل ہو جائے گا۔ (اعجاز احمد چوہدری۔ گوجرانوالہ)

تیزابیت اور جلن سے نجات کے لیے ہر کھانے کے بعد 4 چمچ نو نہال (بچوں کا عرق ہمدرد) بچیں نو نہال بچوں کے ساتھ ساتھ بڑوں کے لیے بھی ہے۔ (الفت کریم۔ کوئٹہ)

☆ ورم اور چوٹ کے لیے ایک آزمودہ ٹونکہ، ہلدی باریک کر کے تلوں کا تیل ملا کر مرہم کی طرح بنالیں اور رات کو لپ کریں، روزانہ لپائیں کریں۔ کچھ عرصے میں ورم ختم ہو جائے گی۔ (عظمیٰ اعظمی راجہ۔ پشاور)

بچوں کو آپس میں لڑنے سے بچانے کے لیے آپ انمول خزانہ کی خاص ترکیب صفحہ نمبر 38 اور صفحہ نمبر 41 کے مطابق پڑھیں یہ میرا بہت عرصے سے تجربہ ہے (بقیہ صفحہ نمبر 36 پر)

اپریل میں پرکشش حسن و جمال کیسے ممکن ہو؟

ناشتہ ہمیشہ سادہ ہونا چاہیے۔ دیر سے ہضم ہونے والی نیز ہر قسم کی لیس دار غذا کھانے میں ناشتہ میں قطعی شامل نہ کریں۔ کیونکہ دیر ہضم اور لیس دار غذا کھانے میں رطوبت فاسدہ کو جنم دیتی ہیں۔ جو طرح طرح کے عوارض کا باعث ہوتی ہیں

اس مہینے میں اکثر لوگوں کی طبعی کیفیات بخار کے ابتدائی حالت کی زد میں آ جاتی ہے۔ اکثر لوگوں کو اس مہینے میں چھپا کی نکل آتی ہے، بظاہر اس کی کوئی وجہ سمجھ میں نہیں آتی۔ یہ مہینہ اس موسمیاتی و تغیراتی محرکات کے جلو میں جسم انسانی کو معذور کر دینے والے عارضہ (فالج) یا اس سے ملتی جلتی کیفیت بھی لاتا ہے۔ فالج یا فالج نما عارضہ کے مریضوں کی اکثریت بالعموم موسم بہار یا موسم خزاں میں بھی دیکھی گئی ہے اور سال کے دوسرے مہینوں میں اس مرض کے عود کرنے کے واقعات بہت شاذ ہوتے ہیں۔

سردیاب:۔ جہاں تک مندرجہ بالا تمام عوارض کے تدارک و استقبال کا تعلق ہے۔ ان کے لیے دوائی لازم کی بہ نسبت احتیاطی تدابیر زیادہ مفید بلکہ بعض صورتوں میں ناگزیر ہیں۔ اس لیے ان احتیاطی تدابیر کو اس مہینے میں اپنا معمول بنالینا۔ معالجاتی پریشانیوں سے محفوظ رہنے کی بہترین صورت ہے۔ احتیاطی تدابیر:۔ رات کو جلد سونے کی عادت ڈالیں۔ علی الصبح بیدار ہونے کو اپنا معمول بنائیں۔

ناشتہ ہمیشہ ہلکی غذاؤں پر مشتمل یعنی سادہ ہونا چاہیے۔ دیر سے ہضم ہونے والی نیز ہر قسم کی لیس دار غذا، ناشتہ میں قطعی شامل نہیں ہونا چاہیے۔ کیونکہ دیر ہضم اور لیس دار غذا کھانے میں رطوبت فاسدہ کو جنم دیتی ہیں جو طرح طرح کے عوارض کا باعث ہوتی ہیں۔ اگر توفیق و استطاعت ہو تو ناشتہ میں خالص دودھ کے ساتھ سلاکس، گھریلو مکھن یا پے ہوئے بادام لگا کر استعمال کریں۔ یہ ابھرنے والے بعض عوارض کے ساتھ استعمال کے ازالہ اور بحالی صحت کے لیے بھی بہترین غذائی ٹانک ہے۔ چائے کی بجائے دودھ اور دہی کے استعمال کو ترجیح دیں۔

دوائی تدابیر:۔ ان احتیاطی تدابیر کے ساتھ ساتھ اگر صبح نہار منہ خمیرہ گاؤز بان سادہ ایک تولہ، عرق گاؤز بان پانچ تولہ کے ہمراہ استعمال کیا جائے تو یہ کم خرچ بالافین دوائی آپ کی بحالی صحت کے لیے سونے پر سہاگے کے مصداق ہوگی۔

موسمیاتی تبدیلی کے اعتبار سے اپریل کے مہینے میں بعض عوارض یقینی اور بعض متوقع ہوتے ہیں۔ جن کا سدباب کرنا بے حد ناگزیر ہے۔

عوارض:۔ اس مہینے میں کالی کھانسی، بخار، خرابی خون، لا کڑا کڑا، خسرہ، موتی جھرا اور دیگر جلدی عوارض کے سر اٹھانے کے امکانات نہایت شدید ہوتے ہیں اور ایسے افراد کے لیے جنہوں نے جنوری، فروری بالخصوص مارچ کا مہینہ بے احتیاطی و بے اعتدالی سے نیز کسی طبی احتیاط و اعتدال کے بغیر گزارا ہو انہیں اپریل کا پہلا ہفتہ ختم ہوتے ہی عجیب عجیب جلدی امراض کا سامنا ہو سکتا ہے۔

فرمودات حکماء: اس مہینے کے صحتی تقاضوں کے بارے میں تحقیقات و طبی تجربات کی روشنی میں متفقہ طور پر یہ اصول معین کیا ہے کہ اس مہینے میں جلاب لینا اور فصد کھلوانا حفظان صحت کے نکتہ نظر سے بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ کیونکہ جن تیزابی اور آتش مزاج بادوں کے گوشت اور جلد کو چیر کر بیرون خروج کرنے کا قطعی امکان ہوتا ہے اور جو معالجاتی اعتبار سے اچھی خاصی تشویش و پریشانی کا موجب ہوتے ہیں انہیں جلاب یا فصد کے ذریعہ ہی خارج اور زائل کر دینا چاہیے تاکہ موکی تغیر کے پیدا کردہ جلدی اور جسمانی عوارض کے امکانات و اثرات کو ابتداء ہی میں ختم کیا جاسکے۔

جلاب یا فصد کے ضمن میں حتی الوسع تمام ممکنہ امور و احتیاط کو ملحوظ رکھنا قطعی ضروری ہے کیونکہ بے احتیاطی کے ساتھ جلاب یا فصد کا عمل باعث نقصان بھی ہو سکتا ہے۔

اپریل کے قطعی اور ممکنہ لوازم:۔ اکثر و بیشتر افراد اس مہینے کا محض موسم بہار کا شباب اور موسم گرما کے پیغامبر کی حیثیت سے ہی استقبال کرتے ہیں اور اس کے موسمیاتی تقاضوں سے بے خبر رہتے ہیں۔ حالانکہ امر واقع یہ ہے کہ اس مہینہ کا ایک ایک دن مندرجہ ذیل خصوصی عوارض کے امکانات کو اپنے دامن میں لیے ہوتا ہے اس لیے ان پیش آنے والے عوارض کو ملحوظ رکھنا اس ضروری ہے کیونکہ یہ اس مہینے کے قطعی اور ممکنہ لوازم کا درجہ رکھتے ہیں۔

عرب سے سندھ اور ملتان تک اسلام

قرآن مجید

رسول اکرمؐ کے دور میں اول ایمان لانے والے بھی سب نو جوان ہی تھے جس سے پتہ چلتا ہے کہ نو جوانوں میں حق کو قبول کرنے کا مادہ زیادہ ہوتا۔ آج کے ان نو جوانوں کے لیے اس میں سبق ہے

سب سے کم عمر فاتح محمد بن قاسمؒ جس نے 17 سال کی عمر میں سندھ سے لیکر ملتان تک کا علاقہ فتح کر لیا تھا۔ اسی طرح رسول اکرمؐ کے دور میں اول ایمان لانے والے، وہ بھی سب جوان ہی تھے۔ جس سے پتہ چلتا ہے کہ نو جوانوں میں حق کو قبول کرنے کا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ آج کے ان نو جوانوں کے لیے اس میں سبق ہے جو یہ سمجھتے ہیں کہ ابھی تو ہماری جوانی کی زندگی ہے اور ہم کوئی بھی دینی ذمہ داری نہیں قبول کر سکتے۔ فی الحال کوئی بھی دینی ذمہ داری قبول کرنا ہمارے بس میں نہیں۔ ایسے نو جوانوں کو اپنے اسلاف کی تاریخ کا مطالعہ کرنا چاہیے تاکہ معلوم ہو سکے کہ انہوں نے آپ کی جیسی عمر میں کس قدر ذمہ داریوں کو پورا کیا۔

اسلام کا سورج طلوع ہونے کے بعد رسول اقدس ﷺ کو مشکلات اور مصائب کا سامنا کرنا پڑا۔ ایک طرف آپ ﷺ تنہا کھڑے تھے تو دوسری طرف اسلام کے مخالفین کا ایک ٹھائیں مارنا ہوا سمندر تھا۔ غیر تو غیر اپنے بھی جن کی زبانیں آپ ﷺ کی تعریفیں کرتے نہ تھکتی تھیں وہی لوگ آپ ﷺ کی دعوت کے سامنے خطرناک منصوبے بنا رہے تھے۔ جو ساری زندگی دوستی کا دم بھرتے رہے اب وہ دشمنی پر اتر آئے تھے۔ غرض آپ ﷺ کے سامنے مصائب و آلام کا ایک لاقبہ سلسلہ تھا۔ ایسے مشکل اور کٹھن مراحل میں جو آپ ﷺ کے سبب بازو بنے آپ ﷺ کے حصے میں آنے والی مشکلات کو اپنے سینے پر سہا، وہ نو جوان ہی تھے۔ وہ جوان مرد اور صاحب دل لوگوں کی جماعت جس کی تشکیل انتہائی بے سروسامانی اور کسمپرسی کی حالت میں دارالارقم سے ہوئی۔ جن کے ذریعے اسلام نے چہار دانگ عالم میں اپنے پرچم لہرائے۔ جن کی قربانیوں کی بدولت محمدی دعوت دنیا کے ان گوشوں اور کناروں پر پہنچی جہاں تک کوئی بھی پیغام نہ پہنچ سکا۔ یہ عزم و ہمت سے لبریز اسلام کی عظمت و تقدس سے سرشار جماعت نو جوانوں ہی کی تھی۔ چنانچہ سب سے پہلے اسلام لانے والے حضرت ابوبکر صدیقؓ آپ ﷺ سے چھوٹے اور جوانی کی عمر میں تھے اسی طرح حضرت عمر فاروقؓ کی عمر ستائیس سال تھی حضرت عثمان غنیؓ بھی جوانی ہی کی عمر میں دامن اسلام سے وابستہ ہوئے تھے اور حضرت علی المرتضیٰؓ تو ایمان لانے کے وقت نئے نئے ہی جوان تھے۔ اسکے علاوہ عبداللہ بن مسعودؓ، عبدالرحمن بن عوفؓ، الارقم بن ابی الارقمؓ، سعید بن زیدؓ، مصعب بن عمیرؓ، بلال بن رباحؓ (بلال حبشی) عمار بن یاسرؓ، بعد کے حضرات تابعین و تبع تابعین وغیرہ میں بھی اسلام کے لیے نمایاں خدمات سر انجام دینے والے اکثر نو جوان تھے۔

اس کے علاوہ حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی جن کے بچپن کے سچے ڈاکوؤں کا پورا کا پورا گروہ تاب ہو گیا، انہوں نے جوانی میں ہی لوگوں کو اللہ کے دین کی دعوت دینی شروع کی۔

(بقیہ: تربوز سے تفتی دھوپ میں شفق کا احساس)

تربوز میں پانی کی زیادہ مقدار اور غلاظت کی وجہ سے بچکان کے مریضوں کے لیے بھی مفید ہے۔ یہ حاملہ خواتین اور دودھ پلانے والی خواتین کے لیے بھی مفید ہے۔ اگر نظام ہضم درست نہ ہو تو سیاہ مرج، سفید زمرہ اور نمک چیس کر لیکر تیس تربوز کے ٹکڑے کاٹ کر اس پر چھڑک کر کھائیں نہ صرف یہ زیادہ لذیذ ہو جاتا ہے بلکہ ہائے کی بہترین دوا بن جاتا ہے اور نظام ہضم کی اصلاح کرتا ہے۔ پانی بلڈ پریشر کی صورت میں تربوز کھانے سے پیشاب زیادہ مقدار میں آتا ہے اس طرح بلڈ پریشر کم ہو جاتا ہے جبکہ بلڈ پریشر میں دل کو فرحت بخشا ہے اور توانائی کے لیے گلوکوز فراہم کرتا ہے۔ سر کا درد، گرمی سے ہو کر ایک گھاس تربوز کا سر لیکر اس میں مصری ملائیں اور صبح کے وقت پیئیں۔ چند دن پیئے سے سرد درد دور ہو جائے گا۔ گردوں اور مثانے کی گرمی کو ختم کرنے کے لیے روزانہ تربوز کھائیں۔ اگر تربوز کا موسم نہ ہو تو اس کے سبب (پھلے ہوئے) پانی میں گھوٹ کر سردائی بنا کر پی لیں، حرارت ختم ہو جائے گی۔ بار بار پانی پینے سے بھی پیاس کی شدت کم نہ ہو تو دن میں تین بار تربوز کا پانی پلانے سے پیاس کی شدت فوراً دور ہو جاتی ہے۔ قبض دور کرنے کی دواؤں کے ساتھ تربوز کا استعمال بہت مفید ہے۔ تربوز بھی قبض دور کرنے میں معاون ہے۔ تربوز پیشاب آور ہے۔ چنانچہ یہ گردے اور مثانے میں پتھری بننے کے عمل کو روکتا ہے۔ معدے کی سوزش اور پیشاب کی جلن کو بھی ختم کر دیتا ہے۔ اگر متلی اور تے کی شکایت راتی ہو تو روزانہ صبح کے وقت 20 تولہ تربوز کے سبب (پھلے ہوئے) پانی میں مصری ملا کر پیئیں، تے کی شکایت دور ہو جائے گی۔ دل کی تیز دھڑکن اور کمزوری کے لیے تربوز کے سبب (پھلے ہوئے) پانی میں گھوٹ کر ششلا کر دن میں تین مرتبہ پیئیں، دل کے لیے بہت مفید ہے۔ اگر ہونٹ پھٹنے کی شکایت ہو تو تربوز کے ٹکڑوں کا لپ فائدہ مند ہوتا ہے تھوڑے سے سبب بار یک چیس کرات سوتے وقت ہونٹوں پر لپ کیجئے جلد آرام آجائے گا۔

تربوز کا شربت: سرخ رنگ کے کچے ہوئے تربوز کا رس نکالنے۔ ایک گلوڑ میں ایک گلوچینی شامل کر کے درمائی آٹھ پر پکائیں، جب گاڑھا ہو جائے تو جوڑے سے اتار لیں۔ شربت تیار ہے۔ دن میں تین بار پانی میں ملا کر استعمال کریں مفردی بخار پیاس اور گرمی کی شدت کو دور کرتا ہے۔ شک کھانسی کے لیے 250 گرام تربوز کے رس میں اتنی ہی چینی ڈال کر درمائی آٹھ پر پکائیں جب چاشنی گاڑھی ہو جائے تو گوند بیکر، گوند کسیر است، مٹھی اور چھوٹی لاجبکی کے دان دس گرام سبب جیروں کو باریک پیس کر چاشنی میں ملائیں اور اچھی طرح گھوٹ کر اتار لیں۔ شک کھانسی کے لیے یہ دوا بہت فائدہ مند ہے۔ دس گرام صبح کے وقت کھائیں۔ تربوز کے چھلکوں کی ترکاری: تربوز کے ہرے چھلکے لیکر اس کا سفید حصہ پیچھ کر دیں ایک ایک انچ کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ پیاز بھی میں لال کر کے اس میں نمک، مرج، ہلدی، پیس ملا کر بھون لیں اور اس میں تربوز کے چھلکے ڈال دیں تھوڑا سا پانی ڈال کر بجکی آٹھ پر پک کر تار لیں۔ مزیدار ترکاری تیار ہے۔

(بقیہ: پیغمبر اسلام کا غیر مصلوں سے حسن سلوک)
قاضی ابویوسفؒ نے ”کتاب الخراج“ میں روایت نقل کی ہے کہ حضرت عمرؓ جب شام سے واپس آ رہے تھے تو چند آدمیوں کو دیکھا کہ دھوپ میں کھڑے ہیں اور ان کے سر پر تل ڈالا جا رہا ہے۔ لوگوں سے پوچھا کہ کیا کیا جا رہا ہے؟ معلوم ہوا کہ ان لوگوں نے جزی نہیں ادا کیا، اس لیے انہیں سزا دی جا رہی ہے۔ حضرت عمرؓ نے دریافت کیا کہ آخر ان کا کیا عذر ہے؟ لوگوں نے کہا، غربت اور ناداری۔ فرمایا، چھوڑ دو، اور انہیں تکلیف نہ دو۔ میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا ہے کہ ”لوگوں کو تکلیف نہ دو، جو لوگ دنیا میں لوگوں کو عذاب پہنچاتے ہیں، اللہ تعالیٰ روز قیامت انہیں عذاب پہنچائے گا۔“

دلچسپ و عجیب

”رنگ برنگ صحرا“ امریکہ کی ریاست امری زونا میں رنگ برنگ صحرا پایا جاتا ہے جس کی چوٹیوں پر سورج ڈھلنے سے طرح طرح کے رنگ بدلتے ہیں۔ ”انوکھا درخت“ تھائی لینڈ میں ایسا درخت ہے جس نے بڑھنے کے بعد پودا لگانے والے مالک کی شکل اختیار کر لی۔ موسسری کا یہ درخت گزیالی لینڈ میں ہے قدرت نے اس کے تنے پر جیکو کس دان کی شکل ابھاری ہے جس نے کبھی یہ درخت لگا تھا۔ ”واحد پیشہ جس کی تنخواہ نہیں ملتی“ آپ یقیناً یہ پڑھ کر حیران ہوں گے کہ جنس آف بیس وہ واحد پیشہ ہے جس کی تنخواہ نہیں ملتی۔ (موسسری: سدرہ کوثر احمد پور شرقیہ)

اہم
تقریریں توجہ فرمائیں یکم جنوری 2008 سے محکمہ ڈاک **علان** نے سی آر ڈی وی بی ٹی فیس 50/- روپے کر دی ہے۔
خریدار حضرات نوٹ فرمائیں۔
(ادارہ)

پچاس سال کے تجربات، عبقری کو گفٹ

(ترجمہ: حبیب اللہ خان۔ گوجرانوالہ کینٹ)

جو ہر شفاءِ مدینہ واقعی موت کے علاوہ ہر مرض کی دوا ہے شوگر: میرا بہنوئی مسعود خان عرصہ ڈیڑھ سال سے شوگر کے مرض میں مبتلا ہے۔ وہ انگریزی اور دیہی مختلف قسم کی ادویات استعمال کرتا رہا لیکن فوٹ یہاں تک آچکی کہ اب وہ ہڈیوں کا ڈھانچہ بن کر چار پائی پر پڑ گیا تھا۔ اور جسم پر پھنسیاں بھی نکل آئی تھیں۔ میں کافی عرصہ بعد گاؤں گیا، مسعود خان کی حالت دیکھ کر بہت دکھ ہوا۔ میرے پاس جو ہر شفاءِ مدینہ موجود تھی میں نے اسے دی اور صبح شام استعمال کا بتایا۔ میں واپس گوجرانوالہ آ گیا اور ایک ہفتہ کے بعد دوبارہ گیا تو دیکھا کہ اس کی پھنسیاں مندل ہونا شروع ہو گئی ہیں اور ہاتھ پاؤں اور چہرے کی سوجن بھی اتر گئی ہے۔ میں نے اسے کلونجی کے کرشمات میں سے شوگر کا یہ نسخہ بتایا:

ہوا لسانی: کلونجی، ختم سرس، گوند نکیر اور تر خشک، کوہم وزن لیکر پیس لیں اور کپسول میں بھر کر ایک صبح اور ایک شام کو استعمال کرنے کا کہا۔ الحمد للہ اب وہ شفا یاب ہو رہا ہے اور چلنا پھرنا شروع کر دیا ہے۔ اس وقت وہ کوئی اور دیہی یا انگریزی دوائی استعمال نہیں کر رہا صرف جو ہر شفاءِ مدینہ اور کلونجی والا شوگر کا نسخہ استعمال کر رہا ہے۔ شوگر زیر ہو گئی ہے اور طاقت بھی آ رہی ہے۔ صحت دن بدن بہتر ہو رہی ہے۔

المرجی: اکیڑی میں ہماری ایک ”نچر“ ”ش“ دانگی المرجی کی مریضہ تھی جس کا اکثر وقت کلاس روم کی بجائے سک روم (Sick Room) میں گزرتا تھا، ایک دن میں نے ماہنامہ عبقری دیا اور جو ہر شفاءِ مدینہ کے خواص پڑھنے کو کہے۔ اس نے خواص پڑھنے کے بعد مجھے کہا کہ جو ہر شفاءِ مدینہ منگوادو۔ میں اسے جو ہر شفاءِ مدینہ منگوادو کر دی اس نے مسلسل ڈیڑھ ماہ استعمال کی اب وہ مکمل شفا یاب ہو چکی ہے۔ ہائی بلڈ پریشر اور ذیابیطس: ہمارے ایک دوست ثار صاحب کافی عرصہ سے اس مرض میں مبتلا آرہے تھے میں نے انہیں جو ہر شفاءِ مدینہ کے استعمال کا مشورہ دیا۔ وہ پچھلے ایک ماہ سے استعمال کر رہے ہیں اور دونوں تکلیفوں سے نجات پا چکے ہیں۔

سکونی کے کمالات

ہمارے دوست صوبیدار غوث کی اہلیہ کافی عرصہ سے شوگر کی

مریضہ تھیں اور انگریزی و دیہی ہر قسم کی دوائی استعمال کر رہی تھیں مگر فوٹ یہاں تک آچکی کہ ان کا ذیابیطس بڑھ گیا۔ CMH کے ذیابیطس کے ڈاکٹر سے علاج کرایا مگر افادہ نہ ہوا۔ انہوں نے مجھ سے اس مسئلہ پر گفتگو کی تو میں نے حکیم محمد طارق محمود صاحب سے مشورہ کر لیا۔ وہ ایک دن میرے ساتھ حکیم صاحب کے پاس آئے۔ حکیم صاحب نے سکونی اور فشاری کے استعمال کا فرمایا۔ وہ یہ دونوں دوائیاں لے گئے۔ فشاری وہ استعمال نہ کر سکے مگر سکونی استعمال کر آئی۔ تین دن کے استعمال کے بعد ان کی اہلیہ نارمل ہو گئیں۔ آج کل وہ پابندی سے سکونی استعمال کر رہے ہیں اور صوبیدار صاحب کی اہلیہ تندرست ہو چکی ہیں۔

پیلے ریحان اور ہپاٹائٹس بی اور سی کا علاج: حکیم عبد اللہ صاحب کی کتاب کنز الخیر بات میں بحث اچھا دیا گئے کی دہی میں کشتہ کرنے کا نسخہ دیا ہوا ہے۔ حکیم ابو محمد عمر نے اسے تیار کیا اور اپنے مطب کے نزدیک ایک نوجوان جو ہپاٹائٹس سی کا مریض تھا اور انگریزی دوائی استعمال کرتے کرتے تھک گیا تھا اور مایوس ہو گیا تھا، کو استعمال کرایا۔ اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے 15 دن کے استعمال کے بعد اس کا مرض جاتا رہا۔ ٹیسٹ کرایا تو زیور زلت تھا۔ اس کامیابی کے بعد یہ دوا حکیم ابو محمد عمر کے مطب کا معمول کا نسخہ ہے اور کئی مریض شفا یاب ہو چکے ہیں۔ مکمل کورس تین ماہ کا ہے۔ جس نوجوان کا میں نے اوپر ذکر کیا ہے۔ وہ شادی سے انکاری تھا صحت مند ہونے کے بعد اس نے شادی کر لی اور اب ایک بیٹے کا باپ ہے۔

دوائے اسہال:- ہمارے ایک دوست حکیم شبیر عباسی صاحب ہیں میں نے ان سے اپنی تکلیف کی شکایت کی کہ میں اکثر اسہال کا شکار رہتا ہوں۔ انہوں نے مجھے سفوف دیا اور ساتھ لکھ کر دیا کہ خود بنالینا اور ساتھ ہی بتایا کہ انتڑیوں کی کمزوری کے لیے بھی یہ لا جواب چیز ہے۔ میں نے اسے استعمال کیا۔ دن میں چھ سے سات مرتبہ اجابت کرتا تھا۔ چند دن کے استعمال کے بعد معمول صبح و شام کا ہو گیا۔ میری اکیڑی کے پرنسپل صاحب جن کی عمر تقریباً 65 سال ہے، کو جلاب لگ گئے۔ انگریزی دوائی استعمال کی مگر افادہ نہ ہوا۔ انہوں نے اپنی تکلیف کا مجھ سے ذکر کیا۔ میں نے ان کو یہی سفوف استعمال کرایا اللہ تعالیٰ نے انہیں شفا دی اور اب وہ مگر میں یہ دوائی مستقل رکھتے ہیں۔

میرا پوتا محمد جس کا پیٹ پیدائش سے ہی خراب رہتا تھا اور اکثر اسہال کا شکار رہتا تھا، گوجرانوالہ کے دوسرے چائلڈ سوشلیسٹ سے علاج کرایا مگر افادہ نہ ہوا۔ گوجرانوالہ کے ایک معروف حکیم صوفی احسان صاحب ہیں ان سے بھی تقریباً دو ماہ تک علاج کرایا مگر افادہ نہ ہوا۔ میں نے یہی دوا تیار کر کے دی اور اس کا استعمال شروع کر دیا۔ تیسرے دن سے افادہ ہونا شروع ہو گیا اور اب وہ دن میں دو مرتبہ پاخانہ کرتا ہے اور مکمل طور پر شفا یاب ہو چکا ہے۔ اسہال اور انتڑیوں کی کمزوری کے لیے لا جواب علاج ہے۔

نسخہ ہوا لسانی: انجبار، ہرڈ سیاہ، سونف، تمام اجزاء ہم وزن لیکر سفوف تیار کر لیں۔ بڑوں کے لیے خوراک 6۳5 گرام دن میں تین مرتبہ، بچوں کے لیے حسب عمر 3 سے 4 چنگلیاں۔

اذان کے کرشمات

ماہنامہ عبقری میں پڑھا کہ روزانہ گاڑی سٹارٹ کرنے سے پہلے صبح گاڑی کے اندر ایک مرتبہ اذان دے دیں ان شاء اللہ حادثات سے محفوظ رہے گی۔ میں نے اس عمل کو آزمایا اور گاڑی حادثات سے محفوظ ہو گئی۔ ہوا کچھ اس طرح کہ میرے بیٹے کا جون 2006 میں کار کا ایکسیڈنٹ ہو گیا اور گاڑی ورکشاپ چلی گئی۔ 4 جنوری 2007 کو ورکشاپ سے واپس آئی۔ میں 5 جنوری 2007 کو چھوٹے بھائی کو جو حج سے واپس آرہے تھے، لاہور لینے آیا۔ گاڑی انچراچوک میں اشارہ پر کی ہوئی تھی۔ کہ پیچھے سے آنے والی ایک گاڑی نے کھڑی گاڑی کو ٹکرا مار دی اور یوں ہماری گاڑی بے کار ہو گئی اور بھائی کو دوسری گاڑی پر گوجرانوالہ لے گئے۔ اپنی گاڑی دوبارہ گوجرانوالہ لے جا کر ورکشاپ داخل کر دی۔ اب جب گاڑی ٹھیک ہو کر واپس آئی تو میں اتنا خوفزدہ ہو گیا تھا کہ میں نے بچوں سے کہا کہ اسے کھڑی کر دو اور مت چلاؤ بلکہ بیچ ڈالو۔ اسی اثناء میں ماہنامہ عبقری میں اذان کے بارے میں پڑھا کہ اگر گاڑی چلانے سے پہلے اس کے اندر اذان دے دی جائے تو حادثات سے محفوظ رہتی ہے۔ میں نے بچوں کو یہ عمل کرنے کو کہا اور گاڑی چلانے کی اجازت دے دی۔ الحمد للہ اس دن سے گاڑی محفوظ ہو گئی ہے اور کوئی حادثہ پیش نہیں آیا۔ اللہ تعالیٰ آئندہ بھی محفوظ رکھے اور اللہ تعالیٰ حکیم صاحب کو خیر اور بھلائی بخشے کی مزید توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

لاعلاج امراض کا علاج

سورۃ الکافرون ایک ہزار ایک مرتبہ (1001) مرتبہ بسم اللہ پڑھ کر تیل مسروں یا جون پر دم کر لیں اور صبح شام یا نماز کے اوقات میں مریض کے دونوں کانوں میں ایک ایک قطرہ ڈالیں۔ پہلے دائیں کان میں پھر بائیں کان میں۔

تجربات:- ہمارے ایک دوست فاروق چودھری صاحب کو ہپاٹائٹس ہی ہوا۔ اس کے علاج کے بعد ٹی بی کے مریض ہو گئے اور نو بہت یہاں تک آئی کہ بائیں پیچھے سے میں پانی پڑ گیا اور ڈاکٹر نے نالی لگا کر بوتل لگا دی اور پانی اس بوتل میں جمع ہوتا رہتا تھا۔ کانی مایوسی کا شکار تھے اس لیے کہ مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ فاروق چودھری صاحب کو یہ دم کیا تیل استعمال کرایا اب وہ شفا یاب ہو چکے ہیں۔ اور بھر پور زندگی گزار رہے ہیں۔ الحمد للہ۔

جھنگ کے علاقہ احمد پور سیال کے ایک شخص کا پتہ پھٹ گیا اور زہر کا اثر پورے جسم میں پھیل گیا۔ اس شخص کو لاہور ایک ہسپتال میں داخل کرایا گیا۔ ہمارے ایک دوست یوسف صاحب نے آکر اسے ڈاکٹر کی اجازت سے یہ دم کیا ہوا تیل استعمال کرایا۔ ڈاکٹر چونکہ وقت و تفرقہ سے اس کا مثبت کر رہے تھے تو تیل کے استعمال کے بعد وہ حیران ہوئے کہ زہر تیزی سے کم ہوتا شروع ہو گیا ہے۔ انہوں نے یوسف کو بلوایا اور دوا کے بارے میں دریافت کیا اس نے ڈاکٹر کو بتایا کہ میں نے تو یہ تیل مریض کے کانوں میں ڈالا ہے۔ ڈاکٹر نے لیبارٹری سے تیل کا تجزیہ کرایا تو وہ ہائی پوٹنسی انٹی بائیٹک پایا گیا۔ ڈاکٹروں نے یوسف سے تیل کے اجزاء پوچھے تو یوسف نے بتایا کہ تیل مسروں کا ہے۔ ڈاکٹر ماننے کے لیے تیار نہ تھے۔ بڑی مشکل سے ان کو سمجھایا گیا کہ یہ دم کیا ہوا تیل ہے اور اللہ تعالیٰ کے کلام کا اثر ہے۔ یوسف صاحب لیبارٹری ٹیسٹ کی اطلاع دینے خصوصی طور پر ہسپتال میرے پاس گوجرانوالہ آئے۔

بسم اللہ کے اثرات

کنجوس آدمی بھی کام کرنے پر مجبور: صدر ایوب خان کے دور حکومت کا وقت تھا کہ پاکستان میں قحط پڑا تھا۔ گندم کی سخت کمی تھی اور دیگر اجناس متبادل کے طور پر استعمال ہو رہی تھیں۔ میرے چچا ہمارے گھر آئے اور گندم یا گندم کے آٹے کے لیے کہا۔ میں اور امی اس وقت گھر میں تھے۔ امی نے بتایا کہ بھائی گندم ہے اور نہ گندم کا آٹا۔ ابا جان کے چچا زاد اللہ داد خان کے پاس گندم کافی مقدار میں موجود تھی مگر وہ سخت کنجوس تھا اور دیتا کسی کو نہیں تھا خصوصاً ہمیں۔ امی نے اس کا ذکر کیا۔ چچا جان نے مجھے بھیجا کہ اللہ داد خان کے پاس

جاؤ اور میرا بتاؤ کہ وہ گندم لینے آئے ہیں اور ساتھ ہی مجھے بتایا کہ مسلسل بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھتے جاؤ۔ میں بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھتا ہوا گیا اور چچا کا پیغام پہنچایا تو انہوں نے کہا کہ جاؤ برتن لے آؤ اور گندم لے جاؤ میں نے گھر جا کر یہ بتایا تو امی بڑی حیران ہو گئی کہ اللہ داد خان نے گندم دے دی تو چچا جان نے بتایا کہ بسم اللہ کا اثر ہے۔

انمول خزانے کی برکات:- میرے ایک دوست ایک سکول ٹیچر تھے۔ وہ درخواست کر دیے گئے۔ میں نے انہیں ماہنامہ عبقری پڑھنے کو دیا اور ساتھ ہی حکیم صاحب سے رابطہ کرنے کو کہا انہوں نے بذریعہ خط آپ سے رابطہ کیا اور آپ نے دو انمول خزانے ان کو ارسال کر دیے۔ آپ کے بتائے ہوئے طریقہ پر انہوں نے عمل کیا۔ ان کی ٹیچر والی نوکری تو بحال نہ ہو سکی البتہ جلد اس سے بہتر نوکری مل گئی۔ آج کل وہ ایک سی این جی کمپنی کے ذوق منیجر ہیں۔

اسم الہی کی برکات:- ہمارے کالج میں ایک ناپسندیدہ ٹیچر تھے لیکن انتظامیہ اس کی دوست تھی۔ اور اسے نکالنے کو تیار نہ تھی تمام شاف بہت پریشان تھیں نے حصین میں ایک عمل پڑھا اور اس پر عمل کیا۔ عمل ختم ہونے سے پہلے وہ خود استعفیٰ دے کر چلی گئی۔ وظیفہ ”یا بدیع العجایب یا الخیر یا بدیع“ حصین مطبوعہ تاج کمپنی سے دیکھ لیں۔ علاوہ ازیں اسی کالج کے وائس پرنسپل کو درخواست کر دیا گیا میں نے پرنسپل کے لیے یہ عمل کیا انتظامیہ کے ذمہ داران کو لینے گھر پہنچ گئے۔

نگاہ مردوموں سے بدل جاتی ہیں تقدیریں:

یہ 1986ء کا واقعہ ہے جب ہم تنوک میں عسکری فرائض سر انجام دے رہے تھے۔ میں اور چند ساتھی عمرے کے لیے گئے ہم پہلے مدینہ منورہ گئے اور بعد میں مکہ معظمہ جانا تھا مدینہ منورہ چند اور ساتھیوں سے ملاقات ہوئی جو عمرہ کر کے واپس تنوک جا رہے تھے۔ میں نے ان ساتھیوں کی ملاقات مولانا سعید احمد خان سے کروائی۔ یہ نماز عصر سے کچھ پہلے کا وقت تھا جونہی ہم پہنچے تو حضرت کے پاس مضامین کا بیہ آیا ہوا تھا۔ وہ تقسیم کرایا اسی اثنا میں نماز عصر کی اذان آنا شروع ہو گئی۔ حضرت نے تمام لوگوں کو فرمایا کہ جاؤ نماز عصر مسجد نبوی میں جا کر ادا کرو اور نماز مغرب کے بعد یہاں آکر کھانا کھانا۔ نہ وعظ ہوا اور نہ نصیحت۔ اگلے روز وہ ساتھی تنوک چلے گئے اور ہم مکہ معظمہ کے لیے روانہ ہو گئے۔ ہم جب عمرہ ادا کرنے کے بعد واپس تنوک پہنچے تو دیکھا کہ مولانا سعید احمد خان سے ملاقات کرنے والے ایک نوجوان احمد حسن کی داڑھی بڑھی ہوئی ہے

میں نے سوال کیا احمد ڈاڑھی رکھ لی ہے یا رہ گئی ہے؟ احمد حسن نے بتایا کہ جس دن آپ نے مولانا سعید احمد خان سے ملاقات کروائی تھی تو مجھے شرم آ رہی تھی کہ میں اس اللہ کے ولی کے سامنے بغیر داڑھی کے کیوں آ گیا ہوں؟ وہیں ارادہ کیا اور شیونہیں کی۔ سبحان اللہ۔ اللہ کے ولی کی نظر نے کام کر دکھایا۔

مولانا سعید احمد خان۔ مخلوق خدا کے خیر خواہ:

1987ء کے موقع کی بات ہے۔ حج سے قبل میں اپنی فیملی کے ساتھ 40 نمازیں مسجد نبوی میں ادا کرنے کے لیے مدینہ میں مقیم تھا۔ جب موقع ملتا مولانا سعید احمد خان کی دعائیں لینے پہنچ جاتا۔ ایک دن حضرت کے پاس بیٹھے تھے کہ ایک شخص آپ سے ملاقات کے لیے آیا۔ حضرت نے خیر و خیریت دریافت کرنے کے بعد پوچھا کہ کہاں مقیم ہو اور کب آئے کہ اس شخص نے کہا کہ آج ہی آئے ہیں اور فلاں جگہ مقیم ہیں۔ غالباً یہ شخص انڈیا سے حج کے لیے آیا تھا۔ حضرت نے اپنے بیٹے کو بلوایا اور فرمایا کہ اپنی گاڑی پر لے جاؤ اور اپنے فلاں مکان میں اس کو اور اس کی فیملی کو شفقت کر دو یہ کہاں اتنا خرچہ برداشت کریں گے۔ ان کا بیٹا اسی وقت اس شخص کو لیکر چلا گیا اور شفقت کر دیا۔ عجیب درد تھا مخلوق خدا کا۔

حرم نبوی میں فیض حاصل کرنے کا عجیب راز:

میرے ایک دوست کرنل حمید صاحب پچھلے چھ سات برس سے ہر سال رمضان شریف میں عمرہ کے لیے اور پھر حج کے لیے تشریف لے جاتے ہیں۔ فرمانے لگے کہ جب مسجد نبوی میں جائیں تو کسی انہونی سی چیز کی ضد لگیں۔ آپ یہ کہہ کر بیٹھ جائیں اور ذکر و اذکار میں مشغول ہو رہیں کہ میں نے تلاوت کرنی ہے تو تفسیر عثمانی والے قرآن سے کرنی ہے اور انتظار کریں۔ ایک وقت آئے گا کہ ایک شخص آپ کے پاس تفسیر عثمانی لے کر آجائے گا اور کہے گا کہ لو تفسیر عثمانی اور تلاوت کرو۔ اب آپ اس شخص سے آداب پیغمبر ﷺ سیکھیں اور فیض حاصل کریں۔ یا کسی ایسی ہنری کے سالن کی ضد لگیں جو اس موسم میں نہیں ہے مثلاً بھنڈی بازار میں نہیں ہے۔ آپ یہ ضد لگیں کہ میں نے بھنڈی کے سالن سے کھانا کھانا ہے ورنہ نہیں، ایک وقت آئے گا کہ کوئی شخص آپ کو لے جائے گا اور بھنڈی کا سالن دے کر کہے گا کہ کھانا کھالو اب اس شخص سے آداب حرم نبوی سیکھیں اور فیض یاب ہوں۔

بغیر الارام لگائے نماز تہجد کے لیے جاگنا:

آج کل نیند سے بیدار ہونے کے لیے گھڑیوں اور موبائل فون میں الارام لگے ہوئے ہیں لہذا آپ جب بیدار ہونا چاہیں۔ الارام لگا کر سو جائیں گھنٹی بجے گی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

مجذوبی مرکزِ روحانیت و امن میں اسمِ اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس مسنون ذکر خاص مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ اسمِ اعظم اور پوشیدہ اسمِ اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات انجمن اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جن حضرات کے لئے دعا کی گئی ان کے نام یہ ہیں

محمد وکیل خان۔ عیسیٰ خیل۔ امیر اسلم۔ میانوالی۔ صحبت اللہ خان۔ چمن بلوچستان۔ نادیا خان۔ سکرو۔ بہادر خان ڈوگر۔ ملتان۔ ریحانہ۔ نارووال۔ رمضان۔ کراچی۔ عاصمہ بٹ۔ آزاد کشمیر۔ عبدالرحمن میمن۔ جرنالوالہ۔ عبدالجبار۔ چک جھمرہ۔ امتیاز احمد رندھاوا۔ مظفر گڑھ۔ محمد وسیم۔ آزاد کشمیر۔ معظم بیگ۔ لنڈی کوتل۔ محمد رفیق۔ جرنالوالہ۔ محمد عمران۔ میانوالی۔ طارق۔ کوئٹہ۔ ڈاکٹر عبدالحمید۔ کوئٹہ۔ نورین بیگم۔ جھنگ۔ لیلیٰ خان۔ روڈی۔ محمد انور۔ بورہ واڑی۔ تسم اللہی۔ وزیر آباد۔ عائشہ بی بی۔ ڈیرہ نواب۔ نور اللہی۔ گوجرانوالہ۔ محمد یونس۔ چھانگا ناٹکا۔ صوفی جاوید۔ جہانیاں منڈی۔ انشاء بی بی۔ قلات۔ حبیب اللہ شاہ۔ مظفر گڑھ۔ علی ریحان۔ شکر گڑھ۔ محمد آصف پراچہ۔ سرگودھا۔ شیریں رحمن۔ اسلام آباد۔ شوکت علی۔ ملیسی۔ قاری رزاق۔ شورکوٹ، نورالین۔ پنڈی۔ موی خان۔ پشاور۔ محمد اقبال۔ ساہیوال۔ محمد ستار۔ پاکپتن۔ ندیم اختر۔ چشتیاں۔ فضل الرحمن۔ رحیم یار خان۔ ریحانہ خان۔ خان پور۔ تنیم رانا۔ کھڑیانوالہ۔ احمد علی۔ کراچی۔ کشور ناہید رانا۔ واہ کینٹ۔ عبداللہ۔ وزیر آباد۔ وقار احمد بھٹی۔ فیصل آباد۔ سمیعہ۔ حیدر آباد۔ جیلہ۔ مری عبدالخالق۔ جعفر وانک۔ اس کے علاوہ بے شمار نام

درس کی سی ڈیز اور کیسٹ

قارئین کے مسلسل اصرار کے بعد الحمد للہ ہر منگل حکیم صاحب کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔ قیمت سی ڈی 40 روپے کیسٹ 35 روپے ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

آٹے کا کیا ہوا؟

مچھلیوں نے دریا سے سر نکالے، ان میں سے

ہر ایک کے منہ میں ایک ایک موتی تھا

ایک مرتبہ لوگوں نے حضرت علیؑ کی خدمت میں زمانے کی

شکایت کی۔ آپؑ نے ان سے فرمایا۔ ”زمانے کو برا مت کہو“

کسی نے کہا ”ہمیں زمانے سے کئی شکایتیں ہیں۔ لیکن سب

سے بڑی شکایت یہ ہے کہ یہ ہمیں یاد نہیں رکھے گا۔“ آپؑ

نے فرمایا ”تم زمانے پر احسان کرو یہ تمہیں یاد رکھے

گا۔“ بعض نے کہا ”جنہوں نے لوگوں پر احسان بھی کیے

زمانے نے انہیں بھی بھلا دیا۔“ حضرت علیؑ نے فرمایا ”بار بار

احسان کرو۔ احسان کرنے میں کبھی نہ تھکو۔ پھر دیکھنا یہ کوشش

کے باوجود تمہیں بھلانے میں ناکام رہے گا۔“

حضرت معروفؒ کرنی کے خاندان میں کوئی شادی کی

تقریب تھی ان کے بھائی نے ان کو اپنی دکان پر بٹھا دیا تاکہ

وہ اس کی رکھوالی کریں۔ انہیں دکان پر بیٹھے دیکھ کر سائیکلوں کا

تانتا بندھ گیا اور حضرت معروفؒ کسی سائل کو رد کرنا جانتے

ہی نہ تھے۔ جو آیا اور اس نے جتنا مانگا وہ انہوں نے اس کے

حوالے کر دیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ دکان آٹے سے خالی ہو گئی۔

حضرت معروفؒ کے بھائی آئے تو انہوں نے پوچھا کہ ”آٹا

کا کیا ہوا؟“ آپؑ نے فرمایا ”آٹا کتنے کا تھا؟ پھر فرمانے

لگے۔ وہ دیکھو اس صندوق میں اس کی تمام قیمت محفوظ ہے۔

حضرت معروفؒ کے بھائی نے صندوق کھول کر دیکھا تو واقعی

اس میں تمام آٹے کی رقم موجود تھی۔

حضرت ذوالنونؒ ایک مرتبہ کشتی میں سفر کر رہے تھے ان کا ہم

سفر ایک بڑا سوداگر بھی جو کئی قسم کے قیمتی جواہرات اور کثیر

مقدار میں سونا ساتھ لے جا رہا تھا۔ اتفاق سے سوداگر کے یہ

تمام جواہرات چوری ہو گئے۔ کشتی میں حضرت ذوالنونؒ کے

مانند کوئی دوسرا غریب نہیں تھا۔ اس لئے کشتی کے لوگوں نے

انہیں ملزم قرار دیا اور ان کو اذیت پہنچانے پر آمادہ ہو گئے۔

حضرت ذوالنونؒ نے یہ دیکھ کر آسمان کی جانب دونوں ہاتھ

اٹھائے اور التجائی ”اے خدا جو حقیقت حال ہے تو اسے خوب

جانتا ہے“ ان کا یہ کہنا تھا کہ کئی مچھلیوں نے دریا سے سر

نکالے، ان میں سے ہر ایک کے منہ میں ایک ایک موتی تھا۔

حضرت ذوالنونؒ نے یہ موتی ان مچھلیوں سے لے لئے اور

سوداگر کے حوالے کر دیئے۔ اس عجیب و غریب واقعے کو دیکھ

کر کشتی کے تمام مسافر حیران رہ گئے اور فوراً سب نے آپ

کے قدموں پر گر کر آپ سے معافی طلب کی۔

(بقیہ قارئین کے سوال اور قارئین کے جواب)

اس کا پانی دم کر کے بچوں کو پلائیں۔ (خالدہ نذیر۔ بحرین)

☆ آپ بچوں پر 786 بار بسم اللہ الرحمن الرحیم روزانہ دم

کریں میرا بار بار کا تجربہ ہے (عاصمہ ولایت حسین۔ ملتان)

ماہ اپریل 2008 کے سوالات

☆ میں عبقری بہت شوق سے پڑھتا ہوں۔ ایک ایک

رسالہ سنبھال کر رکھتا ہوں، عبقری کے ہر وظیفے اور علاج پر

مجھے بہت اعتماد ہے اور دل کی گہرائیوں سے یقین ہے۔ قارئین

کے سوال و جواب کا سلسلہ بہت نفع مند ہے۔ اس سے میں

نے بہت چیزیں آزماتیں، نفع اور فائدہ ہوا۔ اس دفعہ قارئین

کی محفل میں ایک مسئلہ لایا ہوں کہ میرے دانتوں یعنی مسوڑھوں

سے خون نکلتا ہے بعض اوقات کھانا کھاتے ہوئے ایسا ہوتا تو

کھانا بے مزہ ہو جاتا ہے۔ حتیٰ کہ اگر صرف انگلی لگا لوں تو بھی

طبیعت بے ذوق ہو جاتی ہے اور خون بہنے لگتا ہے اس کا

علاج بتائیں لیکن آسان ہو۔ (عبدالقدیر۔ ڈیرہ مراد جمالی)

☆ میری آنکھیں اکثر سرخ رہتی ہیں چاہے گرمی ہو یا سردی۔

تیز روشنی سے اور زیادہ تکلیف ہوتی ہے لوگوں کو چاندنی رات

بھلی محسوس ہوتی ہے لیکن میں پریشان ہوتا ہوں کئی دوائیں

اور دوا پر استعمال کیے لیکن فائدہ نہ ہوا۔ (خالد عثمانی۔ کراچی)

☆ میں ٹرین میں سفر کر رہا تھا کسی نے مجھے نشہ آور چیز کھلا

دی سب کچھ لوٹ لیا۔ میں بہت عرصہ بیمار رہا اب باقی تو

تندرست ہو گیا ہوں لیکن یادداشت بالکل ختم ہو گئی ہے۔ بعض

اوقات اپنا گھر، گلی اور بچوں تک کے نام بھول جاتا ہوں۔

بہت ٹیسٹ کرائے۔ قیمتی ترین ٹیسٹوں اور ادویات پر لاکھوں

خرج ہوئے۔ بالکل ویران ہوں، قارئین عبقری اپنا تجربہ بتائیں

خاص طور پر بزرگ عورتیں بتائیں (عشرت علی۔ ہری پور)

☆ میں عرصہ دراز سے ایڑھیوں کے پھٹنے سے پریشان ہوں

لوگوں کی ایڑھیاں تو سردی میں پھٹتی ہیں لیکن میری ایڑھیاں

سردی، گرمی، بارش، خزاں، بہار ہر وقت پھٹتی ہیں۔ اس کا

کوئی علاج ہو جائے۔ ان ایڑھیوں کی وجہ سے احساس کمتری

کا شکار ہوں۔ (شہلا کوثر۔ گوجرانوالہ)

☆ میری والدہ اچانک مجھ سے جدا ہو گئیں۔ لوگوں نے

میرے اوپر جادو کر دیا اور میری دن بدن صحت گرتی جا رہی

ہے۔ اب ہر وقت ڈر لگتا ہے، بے چینی رہتی ہے، جسم ٹوٹاؤ نار ہوتا

ہے۔ مایوسی کے خیالات آتے ہیں۔ خودکشی کی کئی بار کوشش کر

چکی ہوں۔ کوئی گھریلو خاتون یا اللہ والا مرد جو وظائف سے تعلق

رکھتا ہو، مجھے وظیفہ یا توڑ بتا دے (رشیدہ خاتون۔ بہادر پور)

شریعت پر عمل اور رحمتوں کا نزول

حضور ﷺ کا فرمان ہے کہ اگر گاہک سودا لے جائے، پھر اس کو پسند نہ آئے اور واپس کر دے تو دکاندار خوشی سے اس کو دام واپس کر دے اور سودا واپس لے لے تو اللہ تعالیٰ اس دکاندار کو بہت بہترین محل جنت میں عنایت فرمائیں گے

(تحریر: پروفیسر ڈاکٹر نور احمد نور، فزیشن، ملتان)

حضور اقدس ﷺ کی ناراضگی: ایک پاکستانی ہمارے ساتھ مدینہ منورہ میں اسی ہسپتال میں کام کرتا تھا جہاں ہم پریکٹس کر رہے تھے۔ اس کی ایک بہت بری عادت یہ تھی کہ وہ سعودی حضرات کے رہنے سہنے، کھانے پینے اور لباس وغیرہ پر بہت مذاق کرتا تھا اور ایسے فقرے کتابت جس سے ہم ہنسنا شروع ہو جاتے۔ ہر قوم میں کمزوریاں ہوتی ہیں، یہ ان کو بہت اچھا لگتا تھا۔ یہ سلسلہ چلتا رہا۔ ایک دن صبح کے وقت جب وہ ڈیوٹی پر آیا تو بہت گھبرایا ہوا تھا اور دروہا تھا۔ یہ سلسلہ دوسرے دن بھی جاری رہا۔ لوگوں نے مشہور کر دیا کہ شاید اس کا بھڑا بیوی سے ہو گیا ہے جس کی وجہ سے پریشان ہے۔ میں اس سے ملا، ہمدردی ظاہر کی تو اس نے کہا کہ میں نے تو اپنے اوپر ظلم کیا۔ اب میرا کیا بنے گا۔ میں نے تفصیل پوچھی تو بتایا کہ خواب میں مجھے حضور ﷺ نے ڈانٹ کر بہت غصے ہو کر فرمایا کہ ”جنہوں نے تمہیں دین و دیا ان کا مذاق اڑاتے ہوئے شرم نہیں آتی“ وہ کہنے لگا اس وقت سے میں استغفار کر رہا ہوں۔ اب پھر ساری زندگی یہ بکواس نہیں کروں گا اور واقعی اس نے اپنی زندگی میں نمایاں تبدیلی ظاہر کی اور پھر کوئی غلط بات نہ کی۔

تجارت:- تجارت اللہ کے فضل سے صاف شفاف تھی۔ کسی چیز کا ایک دام بتاتے تھے۔ حرمین شریفین کے بازاروں میں غیر ملکی بہت سودا بازی کرتے ہیں اور بھادو کم کرانے کے عادی ہو جاتے ہیں اس لیے دام ایک نہیں بتائے جاتے۔ سعودی دکاندار جب (اللہم صل علی محمد) کہہ دے تو یہ آخری دام سمجھا جاتا تھا۔ ایک دن میں بازار سے آتا لیٹے گیا، کئی قسم کے آٹے رکھے تھے۔ میں نے دکاندار سے اچھی جنس پوچھی تو دکاندار نے صاف کہا کہ اس کا علم اللہ تعالیٰ کو ہے، اس کے دام میں بتا دیتا ہوں آپ جو بھی پسند کریں..... میرے کینک کے سامنے ایک سعودی دکاندار کی سائیکلوں کی دکان تھی۔ جب میں وہاں سے گزرا تو اس نے کہا کہ پاکستانی حرامی ہیں (حرامی وہاں چور کو کہتے ہیں) میں دکاندار کے پاس گیا اور اس سے پوچھا آپ پاکستانیوں سے ناراض کیوں ہیں۔ اس نے بتایا کہ میں نے پاکستانیوں سے تجارت کی۔ دوسو سائیکل منگوائے جن میں سے پانچ سائیکل خراب تھیں۔ میں پاکستانی دکاندار کو لکھ چکا ہوں مگر جواب نادر۔ پھر میں نے تنگ آکر ہندوستانی دکاندار کو سائیکلوں کا آرڈر دیا۔ دوسو سائیکلوں میں سے تین خراب تھے۔ میں ان کو لکھا تو چند دنوں میں انہوں نے

معذرت نامہ لکھا اور دس سائیکل مفت بھیج دیے۔ اسی طرح کا معاملہ میرے ساتھ مدینہ منورہ میں ہوا۔ وہاں کے ایک تاجر سے بریف کیس کے لیے کہا۔ وہ بریف کیس لے آیا اور وہ میں نے پسند کیا اور دام پوچھے۔ وہ دکاندار ایک خراب بریف کیس اندر سے لے کر آیا اور مجھے زبردستی دینے لگا اور بدتمیزی بھی کی۔ میں نے دکاندار سے آرام سے بات کی اور کہا کہ آپ مجھے سے ناراض ہو رہے ہیں۔ سعودی دکاندار نے کہا اچھا بریف کیس پاکستانیوں نے بطور نمونہ بھیجا اور یہ خراب سپلائی کیا۔ تم پاکستانی ہو یہ خراب لے کر جاؤ۔ میں نے لینے سے انکار کر دیا تو زبردستی دینے لگا۔ میں نے اس سے معافی مانگ لی حالانکہ میری غلطی نہ تھی کیونکہ میں عرب حضرات سے سخت کلامی سے ہمیشہ گریز کرتا رہا ہوں۔

جو تیوں کے دکاندار سے جوتی لینے کے لیے گیا۔ بہت سے ممالک کے بہترین جوتے رکھے تھے، مگر سب سے خراب پاکستانی جوتا تھا۔ جس کو دیکھ کر شرم آئی۔ حضور ﷺ کا فرمان ہے کہ اگر گاہک سودا لے جائے، پھر اس کو پسند نہ آئے اور واپس کر دے تو دکاندار خوشی سے اس کو دام واپس کر دے اور سودا واپس لے لے تو اللہ تعالیٰ اس دکاندار کو بہت بہترین محل جنت میں عنایت فرمائیں گے، مگر ہمارے ملک پاکستان میں تو سنت کے خلاف ہو رہا ہے۔ پاکستان کے دکاندار تو کیش میو پر لکھ دیتے ہیں کہ ”خرید اہوال واپس نہ ہو گا“ حالانکہ جب عرب حضرات نے ملیشیا اور انڈونیشیا میں تجارت کی تو حضور ﷺ کے فرمان کے مطابق تجارت کی جس کی وجہ سے وہ ان جزیروں پر چھا گئے اور سب جزیرے مسلمان ہو گئے۔

ایک عجیب واقعہ:- میں ایک دفعہ ایئر پورٹ کے ڈائریکٹر کو ذاتی کام سے ملنے گیا۔ فوراً ملاقات ہو گئی۔ ابھی میں نے بات شروع ہی کی تھی کہ ایک بوڑھا بدو ڈائریکٹر کے دفتر میں جلدی سے داخل ہوا اور اونچی اونچی آواز میں ڈائریکٹر کو سخت ست کہنا شروع کیا۔ اس کے الفاظ غیر مہذب لوگوں کی طرح تھے۔ میں نے دیکھا کہ ڈائریکٹر صاحب دفتر سے فوراً نکلے اور غائب ہو گئے۔ اب بوڑھے بدو کو خاموش ہونا پڑا۔ تھوڑی دیر وہ دفتر میں دیکھنا رہا اور چلا گیا۔ جب ڈائریکٹر نے دیکھا کہ بڑے میاں چلے گئے ہیں تو دفتر میں آیا اور مجھے بتایا کہ اس ملک میں جھگڑا نہ ہونے کی وجہ یہی ہے کہ اگر آپ سے کوئی بدتمیزی کرے تو دفتر چھوڑ کر چلے جاؤ، معاملہ بڑھے گا نہیں۔ نیز اس نے بتایا کہ اس کی داڑھی سفید تھی جس کی میں قدر کرتا ہوں۔ یہ صرف دین سے لگاؤ کا اثر

ہے۔ حج کے موقع پر جدہ ایئر پورٹ پر حجاج کی تلاشی اور ان کے سامان کو اچھی طرح چیک کرتے ہیں مگر بوڑھے حاجیوں کو تنگ نہیں کرتے۔ باقی حضرات کو اچھی طرح چیک کیا جاتا ہے۔ اسی طرح عورتوں کو بھی معاف نہیں کیا جاتا۔

دیانت و اعتماد:- آپس میں ایک دوسرے کا سلوک بہت اچھا تھا اور ایک دوسرے پر اعتماد بہت کرتے۔ ایک دفعہ بینک میں اپنے کام کے لیے گیا تو ایک سعودی ریا لوں کا بڈل لایا اور خزانچی کو بڈل اور اکاؤنٹ نمبر دے کر جانے لگا۔ خزانچی نے رقم کی تفصیل دریافت کی تو مالک نے کہا کچھ لاکھ ریال ہیں ان کو گن کر میرے اکاؤنٹ میں جمع کر دینا۔ اس نے خود گنتی کی تکلیف گوارا نہ کی۔

سادگی، مساوات:- دین پر عمل کرنے کی وجہ سے افسران میں سادگی بہت زیادہ تھی۔ وزیر، اس کے کلرکوں اور چیرا سبوں کا ایک ہی لباس تھا۔ صرف جب کبھی پریشی ہوتے تو فرق کا پتہ چلتا۔ اسی طرح تمام ملازمین خواہ وزیر یا چیرا ہی ہو، اکٹھے نماز پڑھتے۔ ایک دفعہ میں وزیر صحت کو ملے گیا۔ جماعت ہو رہی تھی، میں جماعت میں شریک ہو گیا۔ نماز کے بعد جب وزیر صحت کو ملے گیا تو میرے ساتھ نماز وی پڑھ رہا تھا۔ کئی خیااتوں میں شرکت کی تو یہ دیکھا کہ وزیر، ڈائریکٹر، ان کے ڈائریکٹر اور کلرک، کھانا ایک ساتھ اکٹھے کھاتے تھے۔ اگر کسی کام کے لیے درخواست لکھنی ہوتی تو درخواست کے اوپر ”جناب عالی گزارش ہے“ کی بجائے ”الحرم۔ السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ“ لکھتے تھے اور درخواست کے اخیر میں ”والسلام“ کے بعد اپنا پورا نام اور پتہ لکھ دیتے تھے۔ سننے میں آیا کہ اگر وزیر یا ڈائریکٹر کی پیغم سعودی ہوتی تو اپنی نوکرائیوں کے ساتھ اٹھیں بیٹھ کر کھانا کھاتی ہے۔ ہمارے ہسپتال کے معائنہ کے لیے ایک دفعہ وزیر صحت آئے۔ ہسپتال میں کوئی تیاری نہ کی گئی، حتیٰ کہ جھاڑو تک نہ دیا گیا۔ تمام ملازمین اپنے کاموں میں مشغول رہے۔ ہسپتال کے سربراہ نے وزیر صاحب کو تمام ہسپتال کا دورہ کرایا۔ میں مرلیضوں کو دیکھنے میں مشغول تھا۔ وزیر صاحب مجھے دفتر میں ملے۔ نہ پولیس ساتھ تھی نہ ہونچو کی بات تھی۔ وزیر صاحب برآمدوں میں سڑک پر پبلک کے آدمیوں اور مرلیضوں کو مل رہے تھے اور ان کی مشکلات پوچھ رہے تھے۔ یہ سارا معاملہ دین کی برکت سے تھا۔

پولیس:- وہاں کی پولیس تو لوگوں کے لیے رحمت تھی۔ غریب لوگوں کی مدد کرتا، ان کے مسائل متعلقہ محکموں تک لیجا، حادثات کی صورت میں لوگوں کی مدد کرنا پولیس کا کام تھا۔ لوگ پولیس کے ذریعے مسائل حل کرواتے تھے اس لیے اختلافات، دشمنیاں دیکھنے میں نہ آتی تھیں۔ مجرم کو سزا ضرور ملتی خواہ جتنا ہی بڑا افسر ہوتا۔ میں ایک بڑے افسر کے ساتھ اس کی (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

(بقیہ: جوار کی روٹی سے مہلک بیماریاں دور)

پہلے TRIGLYCERIDE 438 اب 173۔ پہلے یورک ایسڈ 10 اب 5۔ اس طرح دوسرے ٹیسٹوں کی صورت حال بھی۔ میں نے مارکیٹ کے اس محسن کو بتایا کہ یہ صورت حال ہوئی۔ اطمینان سے کہنے لگے کہ اس اب تم تندرست ہو گئے ہو اسے چھوڑ دو لیکن میں اسے مزید استعمال کرتا رہا۔ مزید استعمال سے میرے اندر قوت، طاقت، انرجی اور ذہنی زندگی آنا شروع ہو گئی۔ اب بھی کبھی کبھی استعمال کر لیتا ہوں۔ دل چاہتا ہے کہ اس غذا کو زندگی کا معمول بنالوں۔

قارئین! ماہر رسول خان کی بیماری اور صحت کی کہانی پڑھ لی۔ اب میرا تجربہ سنیں۔ جوار، باجرا، کھجور، چنا، ابرو، دھن کے پکڑے، پھولیں، انکی روٹی، کھیر اور دیگر بہترین ڈشیں استعمال کریں۔ شوگر، ہائی بلڈ پریشر، جوزوں کے درد، جسم کی کمزوری، اعصابی کھچاؤ، بد ہضمی، تیزابیت اور کھٹے ڈکار، جسم کا بڑھنا اور پھولنا یہ تمام امراض بالکل ختم ہو جاتے ہیں۔ ایک ٹیسٹ ہے شہر واقعات میرے تجربہ میں ہیں کہ لوگوں نے کس طرح شفا پائی اپنی اور مایوس مریض کس طرح تندرست ہوئے۔ آپ بھی ضرور آزمائیں۔ قارئین ہر بل شفا لی لوگوں نے انھوں اور تجربہ بات کا مشاقتی رہتا ہوں۔ جب بھی کوئی لا جواب نہ ملتا ہے۔ آپ کی نذر کرتا ہوں آپ سے درخواست ہے کہ آپ بھی اپنے تجربہ بات مشاہدات ضرور تحریر کریں تاکہ صدقہ جاریہ بنیں فخر ہوں گا۔ دیے اگر صرف جوار کی روٹی بھی استعمال کریں تو ماہر رسول خان کے فوٹو اٹلیں گے۔

(بقیہ: قارئین کی خصوصی تحریریں)

آپ بیدار ہو جائیں گے لیکن مسئلہ پاں پیدا ہوتا ہے جہاں آپ اور لوگوں کو تکلیف دینے بغیر بیدار ہونا چاہتے ہیں۔ گھڑی یا موبائل فون کے لادام سے تو کمرے میں سوئے ہوئے تمام لوگ جاگ جائیں گے۔ اب ایسی صورت میں کیا کیا جائے۔ مجھے ایک حافظہ صاحب نے ایک عجیب نسخہ بتایا آپ جاگ بھی جائیں گے اور آپ کے ساتھی بھی ڈسٹرپ نہیں ہوں گے۔ نسخہ یہ ہے سبحان اللہ 33 مرتبہ۔ الحمد للہ 33 مرتبہ اور اللہ اکبر 34 مرتبہ۔ طریقہ جب آپ سوئے لگیں تو مندرجہ بالا تعداد کے مطابق پڑھ کر یہ کہیں کر اے فرشتہ جن کی ڈیوٹی میرے ساتھ لگی ہے مجھے فلاں وقت پر جاگ دینا اللہ تعالیٰ آپ کو جزا دے گا تو مقررہ وقت پر فرشتے آپ کو جگا دیں گے میرا ذاتی آزمودہ تجربہ ہے۔ نظر بد کے تجربہ بات: (1) ایک مرتبہ میری والدہ گائے کا دودھ نکال رہی تھی اور ساتھ ہی ایک مستری دیوار بنا رہا تھا۔ اچھی گائے تھی دودھ بھی ٹھیک ٹھاک دیتی تھی وہ مستری دیکھتا ہا اور والدہ سے پوچھا کہ یہ گائے کہاں سے لی ہے۔ والدہ نے بتایا کہ گھر کی ہے یہ صبح کا وقت تھا جب شوام کو والدہ دودھ نکالنے لگی تو دودھ کی بجائے تھنوں سے خون نکلا۔ (2) ہمارے ایک رشتہ دار راجہ خان تھے۔ بھیڑ بکریوں کے پو پاری تھے۔ جب کسی سے سوانہ بن پڑتا تو نظر بد لگا دیتے تھے اور ان کے جانے کے بعد وہ جانور مر جاتا تھا۔ کئی مرتبہ ایسے ہوا یہاں تک کہ لوگ ان سے سوا نہیں کرتے تھے بلکہ ان کو دیکھ کر اپنے جانور چھپا لیتے تھے۔ (3) میرے دو اور رشتہ دار ہیں۔ ایک فوت ہو گیا ہے اس کا نام اللہ داخان تھا دوسرا ابھی زندہ ہے اس کا نام امیر خان ہے۔ یہ دونوں ضد لگا کر نظر بد لگاتے تھے۔ ایک دفعہ اللہ داخان گیا۔ امیر خان کی ہمینس کو نظر بد لگا آیا وہ دوسرے دن مر گئی۔ جو اب امیر خان نے اللہ داخان کی تیل کو نظر بد لگا دی وہ موقع پر مر گیا۔ جناب حکیم صاحب حدیث پاک کا مفہوم ہے نظر بد انٹو کو پاؤں میں اور انسان کو قبر میں پہنچا دیتی ہے۔

(بقیہ: شریعت پر عمل اور رحمتوں کا نزول)

گاڑی میں جا رہا تھا۔ اس افسر نے No Entry کا بورڈ نہ پڑھا، اس لیے پولیس والوں نے پکڑ کر چالان کر دیا اور اس افسر کو جرمانہ دینا پڑا۔ ایک دن میں اپنے آؤٹ ڈور میں مریضوں کو دیکھ رہا تھا، مریضوں کی بھی قظار کی ہوئی تھی جس میں ایس بی اور ڈاکٹر کٹر کٹرے ہوئے تھے۔ میں نے چڑا ہی بھیج کر ان کو اندر بلوایا مگر ان دونوں نے یہ جواب دیا کہ یہ پاکستان نہیں ہم اپنی باری پر آئیں گے۔

خصوصی عدالتیں: خانگی جھگڑے وقت پر ختم کرنے کے لیے یہ عدالتیں موجود تھیں۔ اسی طرح جائیداد، کرایہ داروں اور وراثت کے معاملات دیکھوں کے نہ ہونے کی وجہ سے جلدی ختم ہو جاتے۔ اسی وجہ سے عدالتیں اکثر خالی نظر آتی تھیں۔

تعلیم: تعلیم کے متعلق مورٹنٹ بہت مدد کرتی تھی تعلیم تمام مفت تھی بلکہ میں بھی مفت تھی تا کہ غریب تعلیم سے پورا پورا فائدہ اٹھا سکیں۔ تعلیم مکمل کرنے کے بعد کوڑی دینا بھی سرکار کی ذمہ داری تھی۔ میرے خیال میں کوئی بھی دوسرا ملک اتنی امداد نہیں دیتا جتنی سعودی گورنمنٹ دیتی ہے۔ جب کسی سعودی کے گھر پر پیدا ہوتا تو پہلے دن سے ہی وظیفہ شروع ہو جاتا جو سکول اور کالج پر خرچ ہوتا جاتا ہے۔

ازدواجی زندگی: سعودی حضرات کی ازدواجی زندگی بڑی پرسکون رہتی تھی جب تک ان کی بیگمات سعودی تھیں۔ ایک سعودی ڈاکٹر نے مجھے اپنے گھر بلایا اور سعودی زندگی کی جھلک دکھائی۔ اس کی چار بیویاں تھیں۔ ایک بہت بڑے گرامی پلاٹ کے چاروں کوٹوں پر ہر ایک بیوی کو علیحدہ کوٹھی بنادی تھی اور گرامی پلاٹ میں ہر سائز کے لڑکے اور لڑکیاں مکمل رہتے تھے۔ مجھے اس نے بتایا کہ اس کے 67 بچے اور بیٹیاں تھیں اور چونکہ وہ امیر کبیر آدمی تھا، اس اولاد کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے اس کو بہت کچھ دیا تھا۔ پھر اس نے بتایا کہ اگر کسی سعودی کے گھر کوئی غیر سعودی عورت مثلاً شامی یا مصری آجاتی تو گھر کا سکون برباد ہو جاتا۔ ایک دن اس ڈاکٹر نے اپنی بڑی گاڑی میں 20 بچے دکھانے کے لیے لا کر ان کی لائن لگا دی۔ وہ سب کھانسی سے بیمار تھے۔ میں جب مریض کا نام لکھا تو بچے کا نام باپ کو یاد تھا اور نہ ماں کو۔ صرف بچے یا بچی نے اپنا نام بتایا۔ سعودی ڈاکٹر نے بتایا کہ ہمیں اللہ تعالیٰ نے انہیں ریال دیے اور اتنی بڑی زمین دی۔ اس لیے اتنے بچے ہمارے لیے ہو جنہیں۔ یہ سن کر میرا دل خوش ہو گیا۔

صدقہ خیرات: صدقہ خیرات، حج، زکوٰۃ نکالنے میں یہ حضرات بہت خوش ہوتے تھے۔ دوسرے لوگوں پر خرچ کرنا ان کا شیعہ تھا۔ جو صاحب کرامت کی عادات تھیں۔ اس وجہ سے سعودی عرب میں سوائے مکہ مکرمہ یا مدینہ منورہ کے جہاں بھی بھکاری ملتے ہیں وہ غیر ملکی ہیں اور کہیں آپ کو بھکاری نہیں ملے گا۔ سارے شہر میں ہم نے جس کو غریب سمجھا وہ کروڑ پتی لکھا دوسروں پر خرچ کرنے کا نظارہ آپ رمضان المبارک میں حرمین شریفین میں بخولی دیکھ سکتے ہیں۔ اظہار کی وقت سعودی حضرات تھیں کرتے ہیں کہ ان کے دسترخوان کو شرف بخشیں۔ یہ مفت کسی اور قوم میں اس درجہ کی نہیں پائی جاتی اور یہ بھی دین پر عمل کرنے کی برکات ہیں۔

جنازہ: کئی جنازوں میں شرکت کی۔ جنازہ کے بعد دعائیں پڑھتے تھے اور فرماتے کہ ہم نے تو نیت میں دعا کا ارادہ کر لیا تھا اس کے بعد پھر دعا کا کیا جواز ہے۔ قرآن خوانی، نقل خوانی، جمعراتیں، عرس وغیرہ دیکھنے میں نہیں آئے۔ جنازہ کے وقت لوگ دریافت کر لیتے کہ کتنی نماز پڑھتا تھا نہیں، اگر نماز میں سستی کرتا تھا تو کتنی نماز پڑھتا تھا۔ ایک دفعہ میں نے خود دیکھا کہ ایک عربی آیا اس نے مرنے والے کے بھائی سے پوچھا کہ تمہارا بھائی نمازی تھا اس نے کہا کہ نماز میں سستی کرتا تھا۔ وہ بغیر جنازہ پڑھے چلا گیا۔

(بقیہ: ورزش سے موسم گرما میں فطس)

خفیدہ شانوں کو خیر باد

ذیل کی دوا اعلیٰ درجے کی ورزشیں خفیدہ شانوں کو سیدھا کرتی ہیں اور اس کے ساتھ چھاتی کے رقبے میں عضلات کو قوی کرتی ہیں۔ شانے کے رقبے کو کھلکھپچا کر آپ جسم کے خطوط کو صحیح اور قد و قامت کی خوبی کو آسانی سے برقرار رکھ سکتی ہیں۔

سیدھے کھڑے ہو جائیے اور بائیں ہاتھ کی پشت (ہتھیلیاں باہر کی طرف اور کھلی ہوئی ہوں) کو پیچھے کی طرف لے جا کر دائیں شانے کی ہڈی کے کنارے تک پہنچانے کی کوشش کریں۔ پھر اسی طرح دائیں ہاتھ کی پشت کو پیچھے کی طرف لے جا کر بائیں شانے کی پٹنی ہڈی کے کنارے کو چھونے کی کوشش کریں۔ بہت ممکن ہے کہ دونوں ہاتھوں کی اٹھلیاں ایک دوسرے کو چھو نہ سکیں، لیکن آپ کی کوشش یہی ہونی چاہیے کہ بتدریج دونوں ہاتھوں کی اٹھلیاں آپس میں مل سکیں، لیکن اس کوشش میں اتنا زور نہیں لگنا چاہیے کہ تکلیف محسوس ہونے لگے۔ اسی وضع پر دو تین منٹ رہیں۔ اس دوسری ورزش میں اُلٹی پاتی مار کر فرش پر بیٹھا جاتا ہے، ریزہ کے ستون کو سیدھا کھڑا رکھا جاتا ہے اور بازو پشت پر رکھے جاتے ہیں۔ دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیوں کو ساتھ ساتھ کر کے زیریں حصے پر رکھا جاتا ہے اور آہستہ آہستہ جڑی ہوئی ہتھیلیوں کو اوپر کی طرف کھسکایا جاتا ہے اور اس کوشش میں شانوں کے نیچے کی طرف ڈھلنے کے رجحان کو روکا جاتا ہے۔ جیسے جیسے مشق بڑھتی جائے اور کام آسان ہوتا جائے اوپر کی طرف ہاتھوں کو بڑھاتا جائیں، لیکن اس عمل کو زور لگانے کے بجائے پھرتی سے کیا جائے۔ ان تمام ورزشوں کی مشق سے قد و قامت اور جسم کے انداز کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ جس سے ظاہری شہادت اور جسم کی خوش نمائی میں اضافہ ہوتا ہے۔ عمر کے لحاظ سے صحت زیادہ بہتر رہتی ہے اور روح میں تازگی اور بلندی کا احساس ہوتا ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ جسم کی صحت کو درست رکھنے کے لیے عورتوں کو مردوں سے زیادہ جسم کا تحفظ کرنے اور اس کو ورزش سے صحت مند رکھنے کی ضرورت ہے، مگر معاملہ اس کے برعکس ہے۔

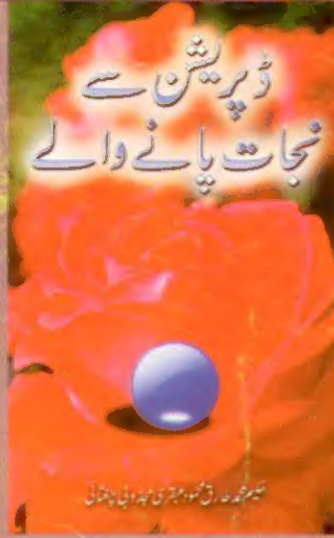
(بقیہ: نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور ان کا آزمودہ یقینی علاج)

اور بحث کرنے میں کوئی وقت محسوس نہ ہوگی۔ رفتہ رفتہ یہ عادت پختہ ہو جائے گی اور کلاس روم میں بھی سوال پوچھنے لگیں گے۔ انگریزی میں کمزوری دور کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ کورس کی کتابوں کے علاوہ انگریزی کی دوسری دلچسپ کتابیں پڑھی جائیں۔ اس سلسلے میں انگریزی کے پروفیسر صاحب سے مشورہ کیجیے۔ وہ ایک دو اچھی اور آسان کتابوں کے نام بتا دیں گے۔ ساتھ ہی ساتھ انگریزی اخبار کا مطالعہ بھی کیجیے۔ اس سے آپ کا ذخیرہ الفاظ بڑھے گا۔ لکھنے کے لیے جو کمپوزیشن بتائی جائے، وہ باقاعدگی سے لکھیں اور اس کی اصلاح کروائیں۔ لکھنے کی جتنی زیادہ مشق کریں گے، اسی قدر قابلیت بڑھے گی۔ اکثر طالب علم اس لیے کمزور ہوتے ہیں کہ انگریزی لکھنے سے جی چراتے ہیں۔ روزانہ ایک دو صفحے لکھنے کی عادت ڈالیں۔ اس سلسلے میں تیسری چیز اچھی و مشہور ہے جو معاون کا کام دیتی ہے۔ اگر آپ کے پاس کوئی اچھی و مشہور ہو تو:

Advanced Learners dictionary of current

english خرید لیجیے، انگریزی بہتر کرنے میں اس سے بڑی مدد ملے گی۔

عالم انسانیت پریشان استحلال اور بے چینی میں مبتلا ہوا۔ پھر دنیا کے ماہرین کروڑوں ڈالر لگا کر اس مہم میں لگ گئے آخر اس ڈیپریشن کا علاج کیا ہے؟ پھر تجربات پر تجربات ہوتے گئے، انسانوں اور جانوروں پر۔ جب نچوڑ نکلا تو پھر وہ آزمودہ تجربات پریشان لوگوں کو بتائے، کروائے اور آزمائے نہایت کامیاب نتائج سامنے آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمودے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوں گے۔

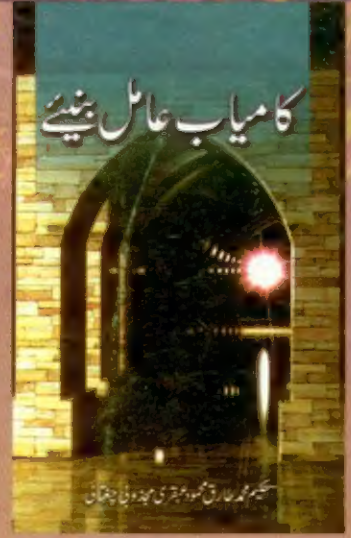


سید محمد طارق محمد قری محمد دینی بھٹانی

آئے۔ وہ سب نتائج اس کتاب میں سمودے ہیں۔ کتاب کیا ہے؟ ایک معلومات اور نتائج کا بہترین کامیاب سنہری مجموعہ جس سے آپ ڈیپریشن سے فوری نجات اور اس کا فوری علاج بہت آسانی سے حاصل کر سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ ڈیپریشن اور ٹینشن کے مایوس مریض بالکل تندرست ہوں گے۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

ایک عامل ہوتا ہے، ایک کامل، عامل کوئی کوئی، کامل کوئی نہیں۔ ہاں آپ عامل کامل بن سکتے ہیں۔ عملیات کے راز اور رموز کا ایک اچھوتا مجموعہ جو ایسے بے شمار عاملوں کی زندگیوں کا نچوڑ ہے۔ وہ عامل کامل جو ساری زندگی جن وظائف کو کرتے رہے ایسے انوکھے طریق کار جس سے فوراً پتہ چل جائے کہ جادو کا اثر ہے یا جنات کی شرارت۔ پھر اس کا علاج کیسے ہو؟ ان تمام پیش قیمت تجربات کو پہلی دفعہ

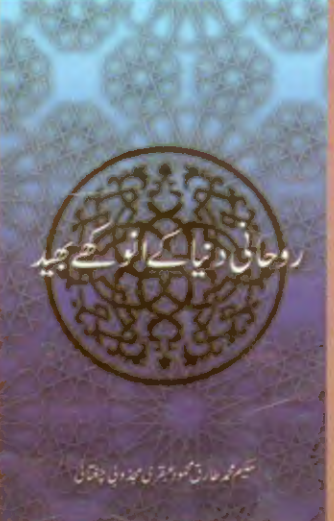


سید محمد طارق محمد قری محمد دینی بھٹانی

جمع کر کے قارئین کی خدمت میں پیش کیا جا رہا ہے۔ ایسے لوگ جو سالہا سال سے کامیاب عامل بننا چاہتے ہیں لیکن کوئی کامل رہہ نہیں آتا۔ یقین چاہیے یہ کتاب ایک رہبر اور رہنما اور با مقصد ساتھی ہے جو ہر جگہ آپ کے کام آئے لوگ جو عامل بننا نہیں چاہتے، صرف عاملوں کے آزمودہ وظائف و عملیات اپنی مشکلات کے لیے چاہتے ہیں، ان کے لیے بھی ایک اچھوتا تحفہ ہے۔

(خوبصورت کاغذ اور ٹائٹل قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

کائنات ایک راز ہے۔ یہ رازوں اور عجیبوں سے لبریز ہے ہاں اللہ تعالیٰ جس پر چاہے یہ عجیب کھول دے۔ میری مشاہداتی زندگی میں بے شمار واقعات ہوئے اور ہر پور احساس ہوا کہ کائنات میں کوئی مخفی نظام بھی ہے جو ہماری سمجھ سے بالاتر ہے۔ زیر نظر کتاب میں اس مخفی نظام کے چند رازوں کو افشا کیا گیا ہے۔ ایسی دنیا جو نظروں سے ماورا ہے۔ ایسی کائنات جو صرف



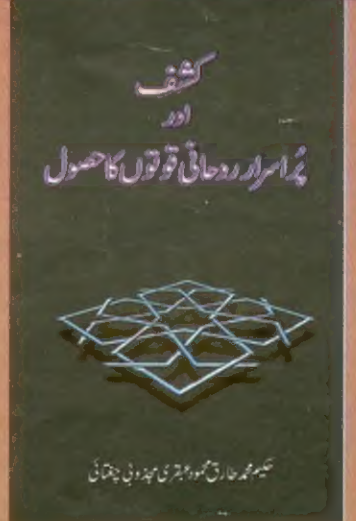
روحانی دنیا کے انوکھے عجیب

سید محمد طارق محمد قری محمد دینی بھٹانی

دل کی دنیا جیتنے والے ہی پاسکتے ہیں۔ ایسی روحانی نگری، جو پانے کے بعد آپ با کمال بن سکتے ہیں۔ ایسے تمام راز اس کتاب میں پڑھیں۔ صدیوں سے وہ راز جن پر پردہ پڑا ہوا تھا اور اگر کچھ کو معلوم بھی تھے تو وہ قبروں میں چلے گئے۔ مگر اب وہ طشت از بام ہو گئے ہیں۔ اگر کوئی قدردان ہے تو یہ اوراق کھول کر ضرور اس کتاب کو دیکھے گا۔ چشم دید واقعات اور تجربات کا وہ مجموعہ جو جنات اور روحوں سے ملاقات کر داتا ہے آپ چشم تصور سے نہیں بلکہ حقیقت میں روحوں اور جنات سے ملاقات کر سکتے ہیں۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

کتاب کیا ہے؟ مسلسل مشاہدات، تجربات اور روحانی انوارات کا ایک انوکھا مجموعہ ہے۔ ایسا مجموعہ جو لوگوں کی زندگیوں کے نچوڑ ہیں اور در بدر کی ٹھوکروں کے بعد حاصل ہوا ہے۔ میری زندگی کا ایک بڑا حصہ ان روحانی قوتوں کی طرف سفر کرتے گزرا ہے کچھ قدم قبرستانوں و پرانوں اور جنگلوں کی طرف بھی اٹھے ہیں۔ وہاں کیا دیکھا؟ کیا پایا؟ یہ الگ داستان ہے جو کچھ طویل بھی ہے اور انوکھی بھی ہے بلکہ بعض واقعات



کشف اور

پراسرار روحانی قوتوں کا حصول

سید محمد طارق محمد قری محمد دینی بھٹانی

نا قابل فراموش اور ناقابل یقین ہیں۔ زیر نظر کتاب میں بندہ نے مختلف ماہرین فن کے تجربات یکجا کیے ہیں۔ ہر شخص پر اسرار روحانی قوتوں کا حصول چاہتا ہے عروج پانے اور بے مثال ہو جانے کے خواب دیکھتا ہے۔ مخفی اور پوشیدہ علوم اور راز جاننے کے لیے در بدر کی ٹھوکریں کھاتا ہے اور جن کے پاس یہ جوہر ہیں وہ ہوا نہیں لگتے دیتے اور یہ بے مراد لوٹتا ہے ایسے تمام طلب گار رنجیدہ نہ ہوں اس کتاب کا ورق ورق گواہی دے گا کہ کائنات کی روحانی قوتیں موجود ہیں اور ان کے جاننے والے بھی اور پہنچانے والے بھی۔

(خوبصورت ٹائٹل اور کاغذ، قیمت /180 روپے، رعایتی قیمت /110 روپے، علاوہ ڈاک خرچ)

عبرقی الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔